

| | | | |
|----------|------|------------|----|
| Positivo | 100 | Cuarentena | 27 |
| Recupera | 73 | Activo | 25 |
| Negativo | 1563 | Morto | 2 |

A TRECE FLEXIBILIZACION PA LOKE TA ORARIO DI TOQUE DE QUEDA Y CIERE DI ESTABLECIMENTONAN



Pompeo:
Merca ta
planeando
pa habri bek
embahada
na Caracas



Spirit Airlines
cu otro vuelo
humanitario dia 10
di Mei proximo for
di Aruba pa Merca



**TDQ ainda ta
causa problema**



Dr. Jose Gregorio Hernandez
un paso mas cerca di wordo
declara "Santo"

Comision Vaticano a aproba milagro di
Dr. Jose Gregorio Hernandez



Prome Minister Evelyn Wever-Croes:
Ni school, club nocturno,
restaurant y
shopping mall lo bay ta
habri por lo pronto

Merca a ban 5G for di su data y network den tur facilidad di Gobierno

Mike Pompeo, secretario di estado a bisa cu Merca ta trahando pa implementa e ley cu ta regarda "5g Clean Path".

E administracion di Donald Trump no solamente ta lucha pa proteha Merca na frontera, pero tambe riba "Cyber Frontiers". Tur trafico di data mobil lo wordo blokea pa drenta systema di diplomacia Mericano, si e no ta

cumpli cu standardnan halto y e proveedor mester ta certifica.

Ningun proveedor di equipo 5G cu no ta confiabel lo no tin acceso den ningun facilidad Mericano. Merca lo percura pa cumpli cu e ley di clean path. Nos lo haci nos esfuerzo pa mantene nos data y nos network safe di e "Chinese Communism Party".



Minister Glenbert Croes na ocasion di Dia di Labor:

SOLIDARIDAD LABORAL TA FUNDAMENTAL PA NOS MANTENE E SIGURIDAD LABORAL

Na ocasion di Dia di Labor unda nos ta keda recorda e lucha di trahadornan pa logra husticia social cu derechonan laboral basa riba igualdad y progreso, e Dia di Labor e aña aki ta uno increíblemente difícil y cu desafionan grandi pa henter nos Pueblo trahador.

Cu e menaza grandi sin precedencia den historia cu e crisis di Corona Virus a trece como consecuencia cu ne, COVID 19 a menaza salud, bienestar y futuro di henter mundo y sin duda tambe di nos Pais y Pueblo.

Aruba y nos Pueblo ta bibando momentonan sumamente difícil y nunca antes bisto. Turismo ta morto, nos economia local ta practicamente morto, entradanan di Gobierno ta cayendo drasticamente poniendo e estabilidad financiero di Gobierno na peligro. Un crisis nunca antes bisto.

Un menaza riba nos

bida manera antes nos a conoce, Gobierno di Aruba a tuma e decision cu nos mester busca tur manera pa sigura e salud y sobrevivencia di henter nos Pueblo sin excepcion.

Gobierno a tuma e decision difici di implementa e medidanan di LOCKDOWN y SHUTDOWN cu ta medidanan sumamente drastico pero alavez sumamente necesario pa sigura e salud di henter nos Pueblo.

Gobierno a tuma e decision pa introduci e FONDO DI ASISTENCIA SOCIAL DI EMERGENCIA FASE pa yuda tur ciudadano cu a perde nan entrada.

Gobierno a tuma decision cu ta bin cu LOON SUBSIDIE / SUBSIDIO DI SALARIO pa apoya companianan mantene trahadornan na trabao y cu un salario suficiente bao di e circunstancianan aki.

Gobierno a tuma e decision pa yuda e

companianan chikito y mediano cada 3 luna pa nan por paga nan gastonan pa nan por sobrevivi.

Gobierno a tuma decision pa tur trahador entrega un parti di nan salario y beneficianan pa asina nos sigura cu tur hende por mantene un salario y un biba envista cu den sector priva tin alrededor di 37.000 trahador ta perdiendo nan trabao.

Un linea cora cu nos por mira den e historia aki ta:

T R A H A D O R N A N A T R A V E S D I S O L I D A R I D A D L A B O R A L, A T R A V E S D I S A C R I F I C I O N A N, T U R T R A H A D O R T A M A N T E N E S I G U R I D A D L A B O R A L. E M O M E N T O N A K I T A S U M A M E N T E D I F I C I L, P E R O E M O M E N T O T A Y E G A N D O P A N O S P O R P O N E E C A P I T U L O D I F I C I L A K I P A P A S A D O. L A G A N O S M A N T E N E N O S F E C U F O R Z A I N Q U E B R A N T A B L E



P A A R U B A V E N C E Y P A A S I N A N O S C O M O P U E B L O H A B R I U N C A P I T U L O N O B O D E N E B I D A N O B O C U H E N T E R N O S P U E B L O

T I N D E R E C H O R I B A D J E C U U N F U T U R O N O B O B R I Y A N T E B R I Y A N D O N O S C A M I N D A D I F U T U R O.

Pompeo: Merca ta planeando pa habri bek embahada na Caracas

Den un conferencia di prensa diarazon mainta, Mike Pompeo, secretario di estado, a informa cu Merca ta planeando pa habri bek nan consulado na Venezuela. El'a duna ordo na e departamento encarga, pa cuminsa haci tur preparacion pa ora cu e momento yega, nan ta cla pa lanta e bandera Mericano bek riba nan cede. E momento lo yega,

asina cu Maduro hala un banda y cuminsa cu e transicion democratico na Venezuela.

Nota: E declaracion aki uno cu por wordo duna hopi interpretacion y cu Merca ta mirando cu e cambio na Venezuela ta hopi cerca. E ta sona manera un declaracion "a buen entendor, pocas palabras"



Spirit Airlines cu otro vuelo humanitario dia 10 di Mei proximo for di Aruba pa Merca



Consulado di Merca a informa cu Spirit Airlines lo operar un vuelo humanitario dia 10 di Mei 2020.

E vuelo ta sali di aeropuerto Reina Beatrix, rumbo Cartagena Colombia pa busca pasahero y despues ta sigui pa Fort Lauderdale, Florida y lo yega na "Hollywood International Airport".

Pasaheronan na Bonaire y Corsou tambe tin opcion pa usa vuelo di

Divi Divi pa yega Aruba. Pasaheronan cu ta desea di usa e vuelonan aki mester haci contacto mesora via e-mail: ACSCuracao@state.gov Por tuma contact cu Spirit Airlines tambe, cual aki ta sigui e numbernan di referencia:

Spirit Airlines no. de vuelo: NK#6332
Diadomingo 10 di Mei 2020.
Salida: 1PM
Yegada na Fort Lauderdale 5:55PM

GOBIERNO DI ARUBA

1 MEI 2020

Feliz dia di LABOR

“TRAHADONAN A TRAVES DI SOLIDARIDAD LABORAL, A TRAVES DI SACRIFICIONAN, TA MANTENE SIGURIDAD LABORAL. LAGA NOS MANTENE NOS FE CU FORSA INKIEBRANTABLE PA ARUBA VENCE Y PA ASINA NOS COMO PUEBLO HABRI UN CAPITULO NOBO DEN E BIDA NOBO CU HENTER NOS PUEBLO TIN DERECHO RIBA DJE CU UN FUTURO NOBO BRIYANTE BRIYANDO NOS CAMINDA DI FUTURO.

Glennbert Croes
MINISTER DI LABOR Y ASUNTONAN SOCIAL

Kiebro den Bon Tosti



Dialuna atardi a drenta informe di un kiebro y ladroncia na Bon Tosti den Paardenbaaistraat na Playa. Mesora a dirigi patruya pa e sitio. Na yegada di e patruya a papia cu e doñonan cual a declara cu e ladronnan lo mester a purba pasa door di bentanan prome pero no a logra y despues a kibra candal di porta patras y logra drenta.

Paden nan a pasa door di tur cos y bay cu varios appliance, entre otro toaster, blender y hasta frigidaire. Tambe a tuma nota cu nan a laga un bentana semi-habri den preparacion pa pasa un di dos biaha pa bay cu mas cos.

Polis a tuma tur informacion y lo bay revisa video di camera di seguridad pa haya bista riba e ladronnan aki.



Cliente a pidi intermediacion di polis...

Supermercado ta usa likido pa mop vloer como handsanitizer

Diamars merdia un señora a acudi na un supermercado na Tanki Leendert. Pa regla di Gobierno, na entrada e mester ricibi un sput den su man di hand sanitizer cu alcohol di minimo 70%. E señora tabata convenci cu loke nan a sput den su man, no ta hand sanitizer. E tabata te hasta manda holor dushi. A notifica polis riba e asunto aki, pasobra e ta muestra mas peligroso ora cu no cumpli cu regla y usa un bon hand sanitizer.

SOLO DI PUEBLO a bin compronde cu polis a intermedia y e doño di supermercado mester a duna cuenta ta ki sorto di likido e ta usando. A bin sali na cla cu el'a cumpra e likido na compania local cual ta un producto color berde y ta skirbi cu e ta sanitaze. E producto ta

concentra y mester mescl'e cu awa. Ora di haci mas investigacion a bin sali na cla e producto aki ta mas bien pa mop vloer y no ta un hand sanitizer y ta duda cu esaki ta contene alcohol di minimo 70%. Unavez cu mescl'e cu awa, ta nifica cu e no ta contene alcohol 70%.

SOLO DI PUEBLO a dooble check e sitio Web di e compania local enberdad e producto ta bisa di ta un sanitizer, etc.etc, pero kizas e no ta pa wordo usa riba man, sino riba vloer, etc. Porcierto ta muestra un bon producto cu por wordo usa pa laba obheto, vloer, cushina, etc.

Ta urgi DVG pa revisa esaki, pasobra ora nos ta kere cu lo laba man via un hand sanitizer, ta resulta cu no ta e caso..



Den otro carta pa Hulanda Sindicatonan ta pidi Knops pa no yuda Aruba; manda Gobierno bek na mesa

Sindicatonan Simar, Seppa y SPA a bolbe manda un carta pa Hulanda, den e caso aki pa Staatssecretaris Knops, unda nan ta nenga pa coopera cu e medidanan di corta salario, pa motibo cu e medidanan aki ta atacha nan posicion severamente. Nan ta pidi Knops pa tuma nota di nan carta y mirando e situacion pa tuma e decision den e perspectiva corecto.

Pues cu otro palabra, SEPPA, SIMAR Y SPA ta pidiendo Hulanda pa no brinda Aruba e ayudo necesario segun e plan di Gobierno, pero manda Gobierno bay sinta cu e sindicatonan na mesa. Aki e carta cu a bay pa Hulanda:

Aan de Staatssecretaris van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties De heer drs. R.W. Knops

Den Haag NEDERLAND

Oranjestad, 28 april 2020

Betreft : Maatregelen Kabinet Wever-Croes op Aruba m.b.t. – COVID-19 Geachte heer Knops,

Hierbij wenden ondergetekenden, de voorzitter van het bestuur van de vakvereniging de Sindicato di Maestronan di Aruba (SIMAR), de Secretaris Generaal van de Sindicato di Empleadonan Publico y Sector Privá (SEPPA) en de voorzitter van het bestuur van de vakvereniging de Sindicato di Polis Arubano (SPA) zich tot u, mede namens onze leden uit de sector Onderwijs en van de Publieke sector, alsmede de gesubsidieerde leden van diverse stichtingen, zich tot u en berichten u als volgt.

Wij hebben ons genoodzaakt gezien u persoonlijk en rechtstreeks te benaderen, aangezien zowel onze actieve leden en gepensioneerden een mandaat aan ons hebben verleend, om hun belangen te behartigen, daar zij de mening zijn toegedaan, dat de maatregelen die het Kabinet Wever-Croes voornemens is te treffen op Aruba, met betrekking tot de COVID-19, hun positie in ernstige mate aantast.

Ons ledental is aanzienlijk en afkomstig uit voornoemde sectoren. De laatste weken zijn wij zeer intensief, op digitale wijze, in contact met onze leden om ze te informeren over de laatste stand van zaken en de voortschrijdende ontwikkelingen. Momenteel hebben wij sterk de indruk, dat er sprake is van een ernstige aantasting van de democratische beginselen. Wij trekken sterk in twijfel of er überhaupt van deugdelijk bestuur van het Kabinet Wever-Croes kan worden gesproken, zeker in deze bijzonder moeilijke crisisperiode waar de



bevolking van Aruba mee te kampen heeft. Onze volksvertegenwoordigers laten het ook afweten.

Als vakverenigingen van drie grate vakbonden is het bijzonder teleurstellend om te constateren, dat wij door de Regering van Aruba willen en wetens buiten spel worden gezet.

Op vrijdagmiddag 17 april 2020 werden alle vakbonden plotseling (anderhalf uur voor aanvang) bijeengeroepen voor een bijeenkomst, welke een informatief karakter had. Maandag 20 april jongstleden kregen wij als uiterste datum om op het beleid inzake te treffen maatregelen te reageren, onder een uitermate bedreigende toon, dat de Regering onder tijdsdruk staat.

Sinds 16 maart 2020 dateren bepaalde maatregelen, met name bij de sector Onderwijs, nadien is er een toename van maatregelen geldend voor het gehele land. Op ons verzoek heeft op 24 april jongstleden een bijeenkomst met het Parlement van Aruba plaatsgevonden, aangezien wij sterk de indruk hadden, dat ons geen gelegenheid meer werd geboden om verder in dialoog te gaan met de Regering. Alles leek erop dat op dwingende wijze werd gedictéerd en opgetreden. Hierover hebben wij naar aanleiding van een brief van de Minister President op 22 april 2020 gereageerd en kenbaar gemaakt, dat wij open staan voor verder dialoog. De zienswijze van de vakverenigingen voor wat betreft te nemen maatregelen is bekend en dient serieus te worden gezien. Overigens zijn aan andere partijen -prive sector- ruimschoots de tijd gegund.

Als vakverenigingen zijn wij terdege ervan bewust, dat wij in deze crisissituatie onze verantwoordelijkheid moeten dragen en wij zijn te alien tijde bereid offers te brengen,

doch deze dienen op een rechtvaardige, deugdelijke, verantwoorde en transparante wijze te geschieden. De ondemocratische wijze waarop nu met onze belangen als burger wordt omgesprongen, achten wij bijzonder ongepast en onverantwoord, zeker voor een Regering, die telkenmale herhaalt dat "de mens staat centraal". In de praktijk wordt er zeker niet naar gehandeld. Wij ervaren nu dat het tegendeel wordt bewezen.

De vakverenigingen SIMAR, SEPPA en SPA verzoeken u dan ook om kennis te nemen van de inhoud van deze brief en bij de behandeling van het verzoek van het Kabinet Wever-Croes om financiële steun en bijdrage deze in een juiste perspectief te beoordelen.

Tenslotte verblijven wij, onder dankzegging voor uw begrip terzake de aantasting van de democratische beginselen op Aruba, die door het Kabinet Wever-Croes niet in acht worden genomen en verwachten dat de juiste beslissingen worden genomen in het volksbelang.

Voorzitter Bestuur SIMAR, SEPPA, SPA.



Kico por ta e efecto di stress riba bo salud mental?

E temporada di crisis relaciona cu Covid-19 por duna hende stress. E stress aki por crea un efecto negativo riba e salud mental, caminda un persona cu hopi stress por desaroya un depresion.

E peliger por ta mas grandi pa un persona cu den pasado a yega di experiencia un depresion. Den e temporada dificil aki, tin un chens mas grandi cu e persona aki por haya un recaida y por cay atrobe den un depresion.

Depresion ta un enfermedad mental cu ta bay hopi mas leu cu e sentimentonan. Por ehempel ora di ta sinti sin animo y ora bo ta sinti tristeza. E sentimentonan aki, sin animo y tristo, ta algo cu ta wordo splica como sentimentonan

pasahero. Esaki ta nifica cu e sentimentonan por dura un paar di dia solamente caminda ta papia di sintomanan leve. Un ehempel ta cu ora cu bo ta sinti bo sin animo of tristo pa tempo corto, semper tin cos cu por haci bo contento y por saca bo for di e estado tristo aki. No obstante tin hende cu ta experiencia e sentimentonan aki di un forma mas profundo, pa un periodo hopi mas largo y esaki por significa cu ta trata di un estado di depresion.

Si bo ta un of conoce un persona cu ta sinti su mes sin animo of tristo den e temporada aki di crisis, corda cu e ta importante pa expresa esaki cu un profesional. Den un forma anonimo y GRATIS por tuma contacto cu nos na 2810909 pa conversa un poco di locual cu



Departamento di Asunto Social

ta pone bo sinti bo sin animo y tristo. Nos tey tur dia di dialuna pa

diadomingo, di 2pm te cu 10pm na 281-0909.

Un mensahe di Sociaal Crisisplan.

Gamma IT Solutions lo ofrece un online coding class

GAMMA IT SOLUTIONS INTRODUCES

ONLINE CODING CLASSES

DESIGN PRINCIPLES: INHERITANCE

Date: May 4, 2020
Time: 3:00 pm - 4:00 pm
Age group: 12-17 years

To register send an email to students@gamma-itsolutions.com and we will send you a link to join the class!

E desaroyador di software local, Gamma IT Solutions, ta ofreciendo un online coding class pa studiantenan entre 12 pa 17 aña.

Normalmente Gamma IT Solutions ta ofrece cursonan di coding

gratuito pa estudiante na su oficinanan. Door di e medidanan di distanciamento social actual, Gamma IT Solutions a dicidi pa ofrece e coding class online pa tur hoben cu ta na cas e dianan aki y cu ta interesa den IT.

Teiry Croes, Marketing Manager di Gamma, ta comenta "Nos ta contento pa e interes di e studiantenan den e coding classes y den e mundo di IT. Pa e razon aki nos a dicidi di ofrece e online coding class pa prome biaha.

Nos ta spera di e manera aki por sigui entusiasma nos hubentud den e mundo di IT. Tur hoben cu registra lo ricibi un link pa por sigui e curso online cu lo wordo duna door di un di e developers di Gamma IT Solutions."

E online coding class lo tuma lugar dialuna 4 di Mei, di 3.00 pm - 4.00 pm. Pa registra pa e

gamma
IT SOLUTIONS

Software Development
Project Management
IT Consultancy

coding class por manda un email na students@gamma-itsolutions.com

cu e number, edad y number di telefon di e hoben.

Prome Minister Evelyn Wever-Croes:

Poco poco lo cuminsa habri servicionan di gobierno entrante otro siman Esaki tambe ta bay di nivel pa nivel

Gobierno ta bay cuminsa habri e servicionan di gobierno otro siman. Aki tambe ta aplica cuater nivel, segun prome minister di Aruba, Evelyn Wever-Croes, den un conferencia di prensa diamars anochi.

E prome nivel ta e nivel cu ta cuminsa otro siman. Ta tur departamento di gobierno lo ta habri cu un capacidad di personal di 25%, pa loke ta trata funcionnan esencial, pa dos siman. Despues ta

bay pa e siguiente nivel, cual ta 50% personal. Despues e siguiente nivel, te cu yega 100%.

Otro siman e departamentonan di gobierno lo cuminsa cu trabaonan bek, cu e capacidad di 25% di e personal y solamente e funcionnan esencial.

Kico esaki kier meen?

Pa loke ta servicio publico lo wordo anuncia den e diano

nos dilanti. E hefenan di departamento a wordo avisa y lo cuminsa prepara den e diano aki pa e social distancing cu mester wordo aplica na pia di trabao y prepara pa habri pa publico. Un di e sectornan menciona cu por habri otro siman, ta e sector di construccion. No por permiti sector di construccion cuminsa sin mas.

Cu esey prome minister kier meen cu si un tienda di paña

of joyeria of e otro tiendanan of servicionan cu habri bek. Si nan kier habri nan tin cu atene nan mes na e reglanan y lo wordo controla despues. Pa construccion nan mester un permiso special prome. Ta consciente cu e sector di construccion lo contribui na e desaroyo economico y na entrada pa famianan na Aruba. Pesey a considera esaki tambe.



Dr. Jose Gregorio Hernandez un paso mas cerca di wordo declara "Santo"

Comision Vaticano a aproba milagro
di Dr. Jose Gregorio Hernandez

Cede Santo finalmente a reconoce e milagro concedi via intercesion di venerable Doctor Jose Gregorio Hernandez, un di e docternan di mas stima pa Venezolanonan, cientifico di profundo vocacion religioso, reconoci pa su solidaridad cu esnan mas den necesidad y na servicio di hendenan pover.

"Cu inmenso alegria mey mey di e pandemia, nso ta ricibi bon noticia" Asina e comunicado di obispo di Merida y administrador Apostolico di e Arquidiocesis di Caracas, cardenal Baltazar Porras, a informa, pa asina iforma cu Cede Santo finalmente a duna su aprobacion.

Den un video filma na e graf di e futuro beato "santo", el a anuncia cu e Congregacion pa e Causa di Santonan di Vaticano a informa cu e Comision teologica, consistiendo di siete experto, a analisa e presunto milager di Dr. Jose Gregorio, relaciona cu e curacion di e mucha



Yaxury Solorzano y a aproba pa unanimidad e estudio haci riba e caso.

"Recibimos esta buena nueva como una gracia de lo alto que nos anima a seguir en oracion para implorar que nuestro venerable médico sea elevado a los altares, y a continuar pidiendo por su intercesión la superación de situaciones adversas en la salud física y espiritual como la petición para que pronto cese la pandemia que azota al mundo entero"- Porras a bisa. Despues di a comenta riba e caminda largo pa e beatificacion, ainda falta un otro consejo di Plenaria di Cardenalnan y Obispo y despues e parobacion di Papa Francisco.

DOMESTICO

10 %

FUNDACION MISA SCOL

9 %

COMERCIO

7 %

REBAHO DI CORIENTE JANUARI 2020

**LOKE BO TA PAGA NA CORIENTE,
TA DEN BO MAN**

PAGA LUZ PROME CU BO SALI

UTILITIES ARUBA^{NV}

KvK ta comparti su observacion:

KVK ta boga entre otro pa flexibilisa leyman di labor mas liher posibel

Miembronan di directiva di Camara di Comercio y Industria Aruba (KvK) a organisa un session di brainstorming via Zoom hunto cu e ex-Presidentenan di Directiva di KvK pa haci uso di nan experticio y calidad di liderazgo pragmatico.

Humanidad tabata e punto di enfoca durante e reunion encuanto economia di Aruba actual y e planificacion di un roadmap encuanto kico haci despues di COVID-19.

E crisis actual ta di un tal magnitud y asina unico cu e ta imposibel pa formula un plan concreto pa crea e pasonan pa recuperacion economico. Sin embargo e ta posibel pa inventiriza e condicionnan cu no ta optimaliza y limita e posibilidad pa sobrevivencia riba empleo y actividadnan economico.

Door di flexibiliza e leyman di labor mas liher posibel, e ta importante pa por garantiza e chens di sobrevivencia di mas tanto negoshi posibel. Un recuperacion rapido di nos economia ta solamente posibel si nos por logra salba mas hopi negoshi cu ta posibel di bay bancarota. Si e ley actual no mira un cambio den corto tempo, un cantidad grandi di negoshi lo haya nan mes forza pa bati bancarota. Gastonan fiho di negoshi cu ta inclui mas cu solamente paga salario di e empleadonan, lo sigui existi, mientras cu entradanan a wordo drasticamente reduci pa practicamente tur negoshi. E aplicacion di e norma nobo di 1,5 meter di distancia ta obliga cierto sectornan manera restaurant, pa reduci nan cantidad di ocupa bishitante, locual ta conduci na un perdida grandi di entrada. E dunado di trabou mester tin e posibilidad pa duna trabao den forma mas flexibel y wordo permiti pa duna un reduccion den e cantidad di oranan di trabou pa siman y cu un acuerdo di compensacion pa esaki. Banda di



esaki e mester ta posibel pa por retira empleadonan bao cierto condicionnan.

E gastonan halto pa haci negoshi a wordo accentua cu e situacion financiero y crisis economico cu Aruba ta pasando aden como consecuencia di COVID-19. E echo aki ta uno hopi conoci durante e ultimo añanan y awor a surgi e urgencia pa tuma accion encuanto e problema aki. E situacion severo y e impacto di e virus y e Shelter in Place/Toque de Queda ta asina importante cu e ta rekeri solidaridad entre tur e residentenan di Aruba. Esaki ta solamente aplicable si e LMA wordo examina y adapta na e necesidadnan actual. E gastonan di gobierno por wordo reduci y tambe drecha practicanan cu no ta ful corecto. Den un accion unificada sector publico y sector priva ta tuma parti, pais Aruba mester urgi Hulanda pa brinda ayudo den forma gratuito y cu esaki realmente ta e unico opcion. Un prestamo importante

pa por alivia e necesidadnan di e lunanan nos dilanti, hasta si ta bao condicionnan faborabel asocia cu e prestamo, lo ta un factor cu lo impedi un futuro desaroyo economico. Un consecuencia door di crea un debe adicional ta afecta e ratio di debe pa GDP significativamente y e lo supera 100%. Esaki ta crea un molester enorme pa generacionnan di futuro. Un alternativa na un donacion financiero por ta den forma di brinda paketenan di cuminda. Di e forma aki tambe e ta yuda preveni cu reservanan monetario ta wordo afecta door di haci compras den exterior ya cu awor no ta existi un ingreso for di turismo.

Optimaliza e clima di inversion mas liher posibel, baha e gastonan pa haci negoshi, y berdaderamente reduci burocracia y e red tape pa inversionista local e internacional ta awor mas cu nunca un requisito. E inversionista internacional no ta solamente duna forza na nos economia lo-

cal pero tambe ta contribui na asegura un intercambio di divisas.

Tumando den consideracion nos ta urgi pa pagonan wordo haci na personanan den necesidad. Tanto FASE como e otro areglonan subsidiario ta hopi bon iniciativanan, pero ainda tin hopi incertidumbre den e comunidad (comercial). Empeoramento of disturbio den e seguridad actual mester wordo evita di tur forma posibel.

Finalmente, pa logra un rapido rebibamento di nos economia afecta den largo plazo, nos tin cu fortifica nos telecomunicacion, introduci eGovernment mas hopi posibel y ofrece e posibilidad pa empleadonan por siña abilidadnan nobo, drecha esnan existente y mehora e conocimiento y experticio door di haya e-learning, cursonan online y otro formanan di 'distance learning'.

Prome Minister Evelyn Wever-Croes:

Ni school, club nocturno, restaurant y shopping mall lo bay ta habri por lo pronto

Lo bay evalua despues si nan por habri den un siguiente fase

Entrante dia 4 di Mei, cual ta dialuna awor, te cu dia 17 di Mei, prome minister di Aruba, Evelyn Wever-Croes, durante e conferencia di prensa di diamars anochi, a anuncia cu lo permiti algun establecimiento pa habri, pero cu cierto condicionnan den un prome fase.

Un maximo di 15 persona portana e mesun momento den e establecimiento, esey ta inclui personal y cliente alavez.

Manera cu a anuncia, ta trata tiendanan di paña, joyeria, truck di cuminda, museo y centro di arte, proyectonan di construccion y tienda di servicionan cu no tabata riba e lista no esencial, pero cu voluntariamente

a cera.

Pero tin varios establecimiento cu no por habri. Ta entre schoolnan, cu ainda no a tuma decision cu por habri.

Nan lo keda cera por lo pronto, te cu en todo caso 11 di Mei. Te cu awor aki no por bisa cu despues di 11 di Mei por habri. Ta trahando riba esaki.

Tampoco loke no por habri ta shopping malls of mercadonan, bar, nightclub, restaurant, panaderia y tur clase di recreacion cu excepcion di museo y centro di arte, salon di beyeza, barbero, massage, sauna, etc. Esakinan no por habri ainda, segun prome minister.



Homber bao influencia deteni



Dialuna atardi a drenta informe cu den camindanan di Savaneta lo tini un Hummer cu ta coriendo malo riba caminda. Mesora a manda patruya den cercania. Polis a topa e chauffeur y a detene pa tabata manehando bao influencia. Dogcatcher a bini na e sitio y a transporta e detenido pa warda di polis.

Hunto
nos lo
sali
padilanti !



Dia di Labor

May 1, 2020

SETAR
Creando Conexion

Shanayah y famia Howell a haci un bishita na nos prestigioso Casa Cuna



E meta di bishita kedando pafor y tene cuenta cu e "Social distancing" tabata pa haci un donacion di 1000,- florin pa nos muchanan di Casa Cuna. Directora Sra. Renate y leidsters a keda sumamente contento cu e

gesto aki. Esaki ta e tempo pa ta solidario y duna bek na esnan cu tin mester di un man mas cu nunca.

Famia Howell lo haci donacion na 2 otro instancia importante den lunanan di Mei y Juni. Famia Howell a expresa na final;

"Together We Can Make It Better"

Prome Minister Evelyn Wever-Croes:

Lo bay habri establecimentonan segun nivel y fase

E prome lo cuminsa dia 4 di Mei pa un duracion di dos siman

E prome nivel ta bay permiti pa tin un cantidad maximo di persona den e establecimentonan cu habri. Den e caso aki 15. Ta bay segun nivel, segun e mandatario. Cada nivel ta bay ta pa 14 dia pa evalua con e ta bay.

14 dia ta e periodo di incubacion di e virus tambe y pa mira si ta cla despues di 14 dia, pa bay pa e siguiente nivel. Depende di evaluacion lo dicidi si lo continua si of no. E schedule di flexibilizacion, esta con lo flexibiliza e Shelter in Place ta, e prome nivel cu lo cuminsa 4 di Mei pa dos siman, e establecimentonan cu lo habri den e periodo aki, no por tin mas di 15 persona den e establecimiento na e mes momento.

Kier meen ora cu un tienda of oficina ta habri otro siman, e no por tin mas di 15 persona na e mesun momento. Esey ta incluyendo persona. Si ta un tienda, personal y cliente no mag di ta mas di 15 na cualkier momento. Despues di dos siman, si evaluacion bay positivamente, e ora ta bay na e siguiente nivel. E siguiente nivel e ora ta te un maximo di 50 persona pa dos siman.

E nivel siguiente ta 125 persona y despues e ora bo por pensa cu nos por ta habri pa nos economia interno.

Pa loke ta trata e prome nivel aki, cu ta e nivel



den e categoria di 4 di Mei, te cu dia 17 di mei, cual ta e maximo di 15 persona, tiendanan cu lo wordo permiti pa habri

otro siman, dialuna 4 di Mei, ta tiendanan di paña, joyeria, truck di cuminda, museo y centro di arte, proyectonan di

construccion y tienda of servicionan cu no tabata riba e lista no esencial, pero cu voluntariamente a cera.

Ex - Prome Minister Nelson Oduber:

“Tanten cu no tin un vacuna, nos lo keda cu e inseguridad pa planea pa futuro”

Mi ta kere mirando e discusionnan cu no ta yuda e 37000 trahadornan cu nada, sigur pa e proximo 2 añanan - segun masha hopi experto y a peticion di esnan cu a pidi mi - laga mi trata na duna un contribucion cu mi experiencia den politica y gobernacion. Segun mi hopi biaha pa via di ignorancia tin hende no kier compronde cu no ta gobierno ni sector priva ni empleado publico a hinca nos cu e consecucionnan di e maldita Corona virus. E pandemia aki a kibra e mundo financiero y a laga hasta esunnan cu negoshinan grandi na werki. Tur nan entradanan a cay y tin te hasta na 0! Esaki ta rekeri di nos tur solidarismo, tolerancia y mas comprension pa tur esnan cu a keda sin trabao. Aki - na moda mi ta mira - tin sindicato ta kere cu gobierno tin placa y ora no tin likidez mas por sigui imprimi placa. Segun mi, pa cubri importacion nos lo por tin ainda 4 pa 5 luna di reserva di divisas. Lo minimo cu bo mester tin ta 3 luna.

E realidad amargo y doloroso:

Mirando cu tur e outletnan den turismo ta cera y no ta drenta divisas, mas esaki dura lo hinca nos den problemanan hopi serio mes. Fuera di esaki gobierno tin 2 luna no ta cobra ni 20% di locual e tabata haya di belasting etc. Bo mes sa ora cu no tin placa! Si bo bay fia pa nos bay paga mas den debe, aki poco dia no tin placa pa paga. E no ta wega, pero esaki ta e realidad amargo y doloroso. Ora e caba no tin color politico mas! Nos unico aliado - danki cu mi a logra scrap e fecha di independencia di 1996

na 1990 cu a bira realidad na 1994 y cu awe nos no ta independiente - cerca kende ainda nos por acudi pa yudanza ta Hulanda, como cu nos ta ainda den Reino Hulandes y cu awor a haya nos y tin nos na rudia. Conociendo e Hulandesnan, nan lo pone condicionnan cu lo horca nos, pero por lo pronto no tin alternativa, pasobra ya caba nos debe ta mucho halto!

A habri caha di triki:

Mi opinion ta cu nos ta perdiendo mucho tempo ta bringa otro. Mientras nos ta discuti, 37000 hende ta sin trabao y sin ningun entrada. Mi ta kere - mescos cu mi a haci na 2001 - e ministronan y parlamentarionan mester tin union pa loke ta e porcentahe cu ta cuminsa entrega. Na 2001 ningun partido den parlamento ni di parti di oposicion a bin cu wega y cos a bay normal. Tur a coopera. Awe nos tin casi 2 luna ta pleita ken tin cu entrega. Tin cu ta bisa cu nan kier entrega mas, pero sin tin ni un consensus. Awor si abo como parlamentario kier entrega mas no ta problema, traha un standard order pa finanzas, duna bo salario of un tanto di esaki na un sindicato p.e. FTA, of na Ambiente Feliz, Casa Cuna etc. Henter e polemica aki a conduci cu sindicato SEPPA, SPA y Simar a habri nan caha di triki, mirando cu politiconan mes no por a haya otro.

Ki dia nos turismo ta pick up atrobe?

Hecho ta cu companianan grandi, manera KLM a pidi 2 biyon Euro of lo cera, Avianca, COPA Airlines, companianan di aviacion na Merca y na mayoria

pais na mundo cu si nan mester bula un dia atrobe lo mester saca casi 50% di nan asientonan pa motibo di 1.5 meter di distancia. Pues ta ki dia bo ta kere cu nos turismo lo por pick up atrobe? Si nos hotelnan habri mes lo ta cu menos trahador y un ocupacion hopi abao mes. Si un hotel tin - segun estudionan den pasado cu mi a yega di lesa - un ocupacion bao di 70%, e tin un problema. Y un avion bao di 40% di ocupacion lo bula Aruba solamente si nos subsidia nan tambe ta un problema. Mescos un restaurant cu ocupacion di bao di 40% y companianan relata na nos turismo lo ta den problema financiero. E cos aki a sosode caba den pasado tempo cu ainda tabatin placa y cu por a yuda. E cruceronan mi ta kere pa locual a pasa cu hopi hende abordo, lo tuma minimo 1 aña pa e negoshi aki cuminsa lora atrobe y aki hopi den transporte y haf lo sufri. Cu esaki haf y aeropuerto lo cay drasticamente den nan entradanan.

Actitud intransigente di sindicatonan:

Tanten cu no tin un vacuna nos lo keda cu e inseguridad pa planea pa futuro. Nos lo sigui biba di man pa boca. P'esey



nos politiconan mester ta consciente cu e espacio pa saca probecho politico ta minimo. Pueblo ta spera di nan parti seriedad y responsabilidad ya cu no tin espacio pa saca yugo politico. Sindicatonan cu no a mostra nan mihor cara, aki poco tempo casi lo no ta existi mas den miembrecia y nan por wel di lubida. Nan poder como pressure group lo bira nihil. Cu e actitud intransigente nan mes ta caba cu sindicalismo. Mi ta kere cu esaki ta e momento pa bolter hopi cos cu tabata por, pero cu e situacion aki no por mas y pa haci esaki mester tin voluntad. Hulanda

hasta awor ta haya su di 2 carta di 3 sindicato, unda ta pidi Hulanda pa no yuda nos gobierno pa e por fia placa tanten cu no baha e gastonan di personal. Hasta exige pa keda discuti bay goal. Lamentablemente aki 3 luna - si Hulanda no yuda nos pa un prestamo - nos por cuminsa paga luz. Ni pa mi ni pa bo y niun ningun! Miseria y pobreza, falta di alimento lo dal nos tur. Keda punta dede, play tof y e cuenta ta bin pa nos tur. Esaki ta mi contribucion a peticion di esnan cu ta pidi pone mi pensamiento a base di mi experiencia. Ohala mi no tin razon.

NEW CONTAINER



HOT PRICE SPECIAL OFFER

ALLTOCAR PREMIUM OUTLET

COME AND CHECK ALL THE FLUIDS OF YOUR CAR FOR FREE

FOR THE BEST SERVICE DON'T FORGET TO MAKE YOUR APPOINTMENT 736.26.36 / 731.26.36

YOUR FACTORY OUTLET

Donkey a intercepta 4200 kilo di cocaina for di Venezuela

Operacion Donkey na Spaña a intercepta cargacion di droga cu ta procedente di costa di Venezuela. Asina "El Nacional" a publica diarazon.

Agentenan especializa den e lucha contra trafico di droga a confirma cu e narconan ta probecha e pandemia di Covid-19 pa trafica droga.

E cargamento a yega Galicia den un barco cu bandera di Togo, Africa. Polis Nacional y Servicio di Vigilancia Aduanero a detene 16 tripulante. Ademá a detene 12 persona mas den cuatro boto tipo speedboat di tres y cuater motor cu tabata den cercania na costa, segun El Pais a publica. Autoridadnan a constata cu transportacion di droga no a baha man, pero alcontrario a aumenta na momento cu polisnan ta ocupa ta contrala e pandemia.

E operativo cu a wordo yama Donkey, a wordo coordina pa e seccion number 3 di Vigo. E agentenan tabata sigur cu tras di e traficacion aki tin un grupo



fuerte di narcotraficantenan di Gallegos.

Nota: Den e lunanan por a nota un aumento considerabel di traficacion di droga den Caribe.

Incluso na Aruba na tres ocasion a procesa cargacionnan grandi di droga, cu tabata di 2000 kilo, 3000 kilo y ultimo un di casi 5000 kilo. Esaki ta esnan cu ta wordo gara, pero asina mes tin

un gran cantidad cu ta pasa bay, manera esun aki cu a yega Spaña. Ta pa e motibo aki cu Merca a aumenta su presencia den Caribe, pa controla e aumento barbaro di traficacion di droga.

Accidente na e bocht di Catiri



Diamars anochi pa mas o menos 9:20 polisnan a wordo manda pa e bocht conoci na Catiri, unda un accidente cu hende herida a sosode.

Informacion adicional tabata cu lo ta trata di un caso di hit & run.

Polisnan cu a yega na e sitio a compronde for di testigonan cu esun cu a ocasiona e accidente probablemente

ta un Glanza color blanco. Despues di e haci esaki e Glanza a bandona e sitio y tuma direccion nort.

Mientras un persona cu ta e chauffeur a keda herida den e auto, cu a bay termina den un pida mondi pariba di caminda cerca di e baranca pinta blanco.

Polis a cera e parti panort di e caminda, pa asina

personal di Ambulance por traha confortablemente.

E chauffeur di e auto accidenta a wordo transporta pa Hospital, na prome instante e lo no tabata muestra serio, pero a resulta cu e chauffeur a ricibi basta golpi na su cabez.

Na final a pidi pa Takelwagen, debi cu nan lo hiba tanto e auto cu a baya



pega den mondi y no mucho leu di e sitio a haya e Glanza na un cas.

Ambos auto lo wordo hiba warda pa mas investigacion.

Prome minister Evelyn Wever-Croes:

A trece flexibilizacion pa loke ta orario di Toque de Queda y ciere di establecimentonan

Mirando cu e ta bayendo na un forma cu por control'e te cu awor aki, a tuma algun decision cu ta trece flexibilizacion cun'e den e dianan nos dilanti.

Entrante diamars, 28 di April, a cambia loke ta e orario di Toque de Queda y e orario di ciere di establecimentonan, segun prome minister di Aruba, Evelyn Wever-Croes, durante e rueda di prensa di diamars anochi.

E orario di Toque de Queda di 9'or di anochi ta hala pa 10'or di anochi awor y e no ta caba 6'or di mainta, sino 5'or di mainta.

E Toque de Queda ta na vigor, no mas e orario ta cambia un tiki. Tambe pa loke ta trata ciere di negoshinan, por keda habri te cu 9'or di anochi maximo.

Doñonan di trabao ta responsabel pa tur trahador ta na cas si, prome cu e Toque de Queda di 10'or.

Si mester cera e lugar pa e ora tin trahadornan cu tin cu encarga nan mes cu limpieza, esey no ta posibel, pasobra tur hende mester ta na nan cas prome cu 10'or di anochi.

Pa loke ta trata e demas reglanan di Toque de Queda y Shelter in Place, pa loke ta trata e siman aki, ta keda mesun cos.

Pero ta cuminsa tambe mesora prepara pa e aperturanan di otro siman cu ta dia 4 di Mei, esta dialuna awor.

A drenta e fase nobo y esey ta pa por prepara pa e flexibilizacion di Shelter in Place entrante otro siman 4 di Mei.

Segun e mandatario,



den e fasenan aki di flexibilizacion ta hopi importante pa algun regla general keda wordo atene na dje constantemente.

Loke ta trata distanciamento social, pues e distancia di 2 meter entre cada persona, esey mester

bira e regla nobo den tur establecimiento, den tur oficina, caminda cu hendenan ta bin den contacto cu otro.

Si bo no por atene bo mes na esey, of si e tienda of establecimiento no por atene su mes na esey, e no por habri, of e ta

wordo cera bek.

Tambe mester atene su mes na reglanan di higiena. Esta hand sanitizer, labamento di man frecuentemente.

Tambe ta importante pa tene cuenta cu ta bay cuminsa cu e habrimento aki, segun nivelnan.

TDQ ainda ta causa problema



Dialuna anochi durante oranan di "TdQ" polisnan atento den bario di Dakota a tuma nota di un persona canando riba caya. Mesora a para y detene e persona aki.

Van di C.E.A. a bini na e sitio y a transporta e detenido pa warda di polis unda e lo ricibi su boet pa cu viola "Toque de Queda".



Parlamentario Arthur Dowers

Presidente Howell ta suspende reunion pa carta di Prome Minister

Riba reduccion di salario di Parlamentarionan????

Parlamentario di fraccion di AVP, sr Arthur Dowers a mostra cu nan ta sumamente decepciona pa e forma di proceder y actuacion di e fraccionnan cu ta sostene gobierno den ultimo dia- y simannan.

"Parlamento diamars mainta e momento a yega pa trata leyman importante manera presupuesto di Parlamento pa asina duna un señal cu nos ta bay baha salario di Parlamentarionan.

Ultimo dianan hopi hende a reacciona bisando nos cu nan no ta tende cu partido AVP ta presenta un ley pa baha salario di Parlamentarionan, sinembargo nos a bin ta splica pa algun tempo caba cu gobierno, cu tin e mayoria den parlamento y cu nan ta esnan cu mester presenta un ley asina na Parlamento.

E situacion actual ta cu nos tin e ley aki na Parlamento, nos tin esaki wanta pa basta dia pa motibo cu tin diferente miembro di fraccionnan cu ta sostene gobierno, ta hungando kiniko cu otro cu diferente mascara bisti, cual nan ta cambia di un dia pa otro.

Ya caba tur hende a scucha c'un di nan a papia di entrega mil florin pa luna, despues un otro grupo a bin dilanti bisa cu nan kier entrega 10% di salario pa luna, otro cu a sali grita cu e kier entrega un suma.

Sinembargo awor cu e momento di berdad a yega pa trata e ley aki, caminda lo anuncia e suma cu berdaderamente cu nos lo bay corta den presupuesto, ningun di esnan cu a bisa cu nan ta bay entrega, ningun a presenta ningun opcion pa baha e cantidad di gasto cu mester paga na salario.

Esaki a pone cu fraccion di AVP a bay over na entrega un amienda caminda nos di AVP si ta bisa cu nos ta bay entrega 25% di salario di parlamento minimalmente aworaki, ya cu ainda no tin mucho claridad di parti di gobierno kico e ta bay haci.

Gobierno a bisa caba cu nan lo baha menos di salario, locual nos tampoco ta di acuerdo cu e ponencia aki, ya cu nos ta kere cu gobernante mester baha mas.

En toda caso nos di AVP kier mostra comunidad cu nos a bin e reunion aki dispuesto na un reduccion di mas cu 15%, cual amienda a wordo firma pa tur nueve miembro di nos fraccion y nos ta sali for di e punto di bista cu lo tin mas miembronan di parlamento cu lo sostene e iniciativa aki y cu lo tin un mayoria pa baha e salario di parlamentarionan cu 25%.

Loke nos ta lamenta profundamente di e situacion cu a surgi awe, ta e poppenkast y comedia cu ta wordo hunga caminda for di mainta tempran cu nos ta den parlamento, wardando pa pasa u ley cu nos ta kere cu ta rekeri tanto tempo pa wordo aproba, pasobra ta increibel cu tanto ora a pasa caminda fraccionnan di gobierno ta riba un bay bin, sin nada concreto.

Loke ta mas tristo ainda ta cu te den oranan di atardi Prome Minister Evelyn Wever - Croes, ta manda un carta pa Presidente di Parlamento den cual e ta bisa cu mester baha salario di parlamentarionan cu 20% caminda pa colmo Presidente suplente di parlamento Alan Howell, ta dicidi di suspende reunion di presupuesto di Parlamento pa reduccion di nos salario, pa atende carta aki.

Riba dje Presidente suplemente tin e curashi di bin puntra sala si nan ta di acuerdo cu e contenido di e carta di Prome Minister y si parlamento ta di acuerdo pa nos bay reduci nos salario cu 20% segun e decision di gobierno.

Algo sumamente ridiculo ya cu tur miembro di parlamento a bisa cu minimalmente lo baha salario cu 20% y caminda den reunion di comision nos a splica fraccion di MEP cu nos ta haya cu mester baha mas.

Pero awor sr Howell kende mi no por yame otro cos cu e ta un mentiroso, ya cu siman pasa su persona a bin dilanti y bisa nos cu su persona lo kier entrega mas cu 20% y awor ta bira suspende reunion pa atende carta di Prome Minister.

Prome Minister Wever Croes no tin nada di bisa den Parlamento y nos a bisa esaki hopi cla caba siman pasa, tambe na sindicatonan caminda algun miembro di fraccion di MEP

mes a sigura e sindicatonan aki cu gobierno no tin nada di bisa nan y cu ta nan ta dicidi.

Algun dia despues presidente interino ta schors e reunion importante aki pa bolbe bay papia y discuti si ta bay baha tog te cu 20% y si Howell ta pro e amienda di AVP pa reduccion di 25%, nos kier mira su persona bisa esaki pa asina e ley por pasa mas pronto posibel pa asina tur cos keda cla.

No por sigui haci wega y e wega di coalicion aki ta algo bergonsoso y practicamente presidente interno ta tene tur hende como rehen ya cu nos di AVP a haci diferente pregunta sin haya contesta, nos tin reunionnan cu nos a pidi di dos aña pasa pero cu nunca a wordo yama.

Pues nos sa con e wega politico aki ta bay pero nos si cu ora hende ta Sali pretende cu nan ta para banda di pueblo na momento di entrega, anto mester caba e reunion aki mas pronto posibel c'un decision cu ta bay entrega.



Nos ta e uniconan cu lo bay entrega c'un reduccion di 25% y kisas hasta mas pero nos ta spera cu e tipo di bagamunderianan cu ta tumando luga dor di e grupito aki, lidera pa un scorpion, e cos aki ta caba y cu lo tin claridad pa pueblo," Parlamentario Arthur Dowers a declara.

PICK & GO SERVICE KITS

Mobil 1 Chevron KEYNETIC

4 MOTOR OIL SYNTHETIC
1 CAR OIL FILTER

4 MOTOR OIL SYNTHETIC
1 CAR OIL FILTER

4 MOTOR OIL SYNTHETIC
1 CAR OIL FILTER
4 COPPER SPARK PLUG

COME AND CHECK ALL THE FLUIDS OF YOUR CAR FOR FREE

ALL TO CAR
PREMIUM OUTLET

FOR THE BEST SERVICE DON'T FORGET TO MAKE YOUR APPOINTMENT 736.26.38 / 731.26.38

YOUR FACTORY OUTLET

Cacho a morde hende den Oranjestraat



Dialuna anochi polis y ambulance a asisti na e parkeerplaats den Oranjestraat.

Na yegada a atende cu un dama cu ta declara cu el'a wordo mordi pa un cacho canando riba caya den Zoutmanstraat. A bay na cas di e doño di cacho unda cu e doño a declara cu e cacho tabata wordo baña y a scapa core bay morde e dama. E doño di e cacho a bisa cu elo cubri tur gasto medico. Ambulance a transporta e dama pa hospital pa tratamento pa e mordi di cacho.



Alarma di Aruba Bank a bay on



Dialuna anochi net ora cu e toque de queda a inicia a drenta informe di cu e alarma di Aruba Bank na

Hato a bay on. Mesora a dirigi un patruya pa e sitio. Na yegada di e patruya no a bin encontra cu

nada particular. Un rato despues e security a yega y a keda di averigua kico a sosode cu e alarma,



Musica duro a haci cu polis a bay pone ordo

Diamars marduga a drenta informe cu for di un cas na Palo di Lechistraat tini hopi desordo ta bini. Mesora a dirigi polis pa e sitio.

Na yegada a papia cu un doño di cas cu lo tabata tocando muziek mucho duro strobando bisiñanan di drumi. Polis a pone e doño di cas baha y musica pa asina no stroba trankilidad di otro.



Prome Minister Evelyn Wever-Croes:

Proyectonan di construcccion chikito y mediano lo cuminsa otro siman

Mester aplica pa permiso prome cu cuminsa traha

E flexibilizacion pa proyectonan di construcccion cu ta cuminsa otro siman, ta cuminsa prome cu proyectonan chikito y mediano.

Prome Minister di Aruba, Evelyn Wever-Croes, a indica cu aki e cantidad maximo di 15 persona, riba e tereno di construcccion, ta aplicabel. Kier meen ta cuminsa cu proyecto chikito y mediano. Esakinan lo tin cu aplica pa un permiso y haya badge pa cada trahador. Por aplica pa un permiso na DOW.

Ken mester aplica?

Tur compania cu kier reanuda trabao di construcccion, pero tambe personanan natural cu kier traha un cas. Si bo ta bay traha un cas of riba bo tereno bo ta bay traha algo acerca, bo tambe mester aplica y si bo tin grupo di trahador ta bin haci e trabao, tin cu aplica. Tambe tin cu entrega rekisitonan pa por huzga y evalua esakinan.

Proyectonan di construcccion

Mirando e procedura cu tin pa cana, tin esaki bao di auspicio di minister di Husticia y minister



di Infraestructura.

E fecha cu por cuminsa aplica, entrega e

aplicacion, ta dialuna 4 di Mei na DOW y e proyectonan lo

por cuminsa e ora, diarazon, dia 6 di Mei.

Accidente entre un brommer y un auto



Diamars atardi pa mas o menos 5:20 tanto patruxa di Santa Cruz y di trafico ta wordo manda cu urgencia altura di Mega Stone Food Mart na Piedra Plat. E motibo tabata un accidente serio entre brommer cu auto.

Na yegada di polis nan a pidi pa un ambulance pura, door cu e motociclista cu ta un dama a ricibi un golpi hopi serio na su frenta banda drechi. Y esaki a

hala capta atencion mesora di e agente policial.

E brommer cu e dama tabata ariba ta un Hayabusa color blanco y rose, e auto cu lo a bay bira pa drecha e caya ta un Nissan Tiida color shinishi.

Na e sitio por a scucha e chauffeur cu tambe ta un dama bisa cu e la pone señal y despues bira, esaki e la bisa e agente policial di trafico. E daño material ariba e Nissan tabata

na banda di e chauffeur dilanti. Pues aki ta unda cu Departamento di Trafico lo mester haci su investigacion.

Mientrastanto banda pazuid ariba caminda grandi, Paramediconan tabata prepara e motociclista pa e wordo hiba Hospital. E dama tabata papia ora algun persona cu conoce tabata na e sitio.

ARUBA TA BRINGANDO E CORONA CRISIS CU EXITO:

ACCION RAPIDO Y DECISIONNNAN FUERTE

DEN BIENESTAR DI ARUBA

Desde 13 Maart ora Aruba a conoce su prome dos casonan, Gobierno di Aruba lidera pa Prome Minister Evelyn Wever-Croes, a tuma accion mesora pa stop e importacion di e virus y stop e di plama na Aruba mes. Cu algun decisionnan dificil a logra contene loke ta wordo considera e prome ola di e corona virus na Aruba.

Mesora a cera frontera pa turista, y poco despues pa residentenan. A cera scolnan y a prohibi actividad publico y a prohibi bishita na cas di grandinan, pa protege esnan mas vulnerable.

A cera establecimentonan cu tabata tin hopi aglomeracion, manera casino, nightclub, bar y gym y a ahusta e orario di ciere di establecimentonan. Esaki a bay acompaña cu un toque de queda desde 9'or anochi. Apesar cu e gran mayoria di nos comunidad a brasa e medida aki y a respeta e orarionan, tabata tin algun grupo di persona, di cual lamentablemente tambe un partido politico den oposicion, cu a reta autoridadnan. Mirando cu esaki no tabata suficiente pa evita aglomeracion, a introduci un shelter-in-place dia 28 di Maart, cu ta limita e presencia di ciudadanonan riba caya na solamente asuntonan esencial.



EXITO: STRATEGIA DI TEST-TEST-TEST

Siguiendo recomendacion di WHO, Aruba a aplica un strategia di test agresivamente. Aruba a prepara su mes adelanta caba pa esaki. A aumenta e capacidad di cuido intensivo di 6 pa 21. Despues a aumenta esaki cu 12 mas cu ayudo di Hulanda, treciendo e capacidad di Aruba na 33. Un diagnostic center a wordo institui specialmente pa test, un ekipo grandi di profesional a wordo entrena y tabata tin suficiente test

pa wordo ehecuta. A institui un call center di dokternan di cas, pa haci e prome screening, y pa duna asistencia. Esaki a permiti Aruba test mas di 1600 persona den 6 siman, y den nan a constata 100 caso positivo gradualmente, di cual 25 so ta activo ainda. Autoridadnan ta hopi satisfecho.

COMUNICACION Y TRANSPARENCIA

E secreto di e exito te awor ta pasobra Aruba a prepara, Aruba a test agresivamente, y Gobierno

a comunica diariamento y cu tur transparencia cu comunidad. Nos Prome Minister Evelyn Wever-Croes, manera un mama, a dirigi su mes casi tur anochi na henter comunidad, pa duna informacion, pa percupa cu no tin panico, pero cu e seriedad necesario pa tur hende compronde. Pero principalmente cu firmeza y cu un tono di voz cu ta duna speransa, el'a sa di tene tur ciudadano trankil y segura tur hende cu esaki tambe lo pasa y cu Aruba lo lanta bek mas fuerte despues di esaki.

ETAPA NOBO

Awor Gobierno a anuncia un etapa nobo, den cual lo cuminsa reactiva nos economia. Lo cuminsa habri algun establecimiento pero no por tin mas di 15 persona den e establecimiento, tur hende mester ta 2 meter leu di otro y cada establecimiento tin cu aplica e reglanan di higiena. Tin un Taskforce encarga cu control, y lo cera establecimentonan cu no ta cumpli. Prome Minister Evelyn Wever-Croes a pidi nos pa coopera cu Gobierno pa nos cuminsa lanta nos economia bek. Ban duna e persona aki nos sosten, nos cada un, coopera y respeta reglanan. Nos Minister President a demostra cu e sa kico e ta haci, ban confia su consehonan den e etapa nobo aki tambe.

PUEBLO A HAÑA SU PEN BEK

Pa kualkier informacion
solodipueblo@gmail.com
of
☎ 585-9500



Tip Line 585 9500
solodipueblo@gmail.com

ITALIA LO PAGA PASAHI Y HOTEL NA TURISTANAN CU TA BISHITA E PAIS DESPUES DI COVID-19

Italia ta e di dos pais di mundo mas afecta door di e pandemia di COVID-19 of pneumonia di Wuhan, cu 198 mil caso confirma y un total di 26.644 morto, pero e gobiernu ya ta pensando den futuro y e plan ta consisti den incentiva e biaheronan pa bishita Italia.

Italia ta entre e 10 paisnan cu mas bishita ta ricibi pa aña. Desde 2017, el a evidencia un aumento di hasta 6% di turistanan cu ta bishit'e.

Debi na e pandemia di COVID-19, Italia y e resto di mundo a haya nan mes den e necesidad penoso pa cera tur su fronteranan y poniendo su poblacion den confinamiento obligatorio pa salvaguardia nan bida.

Loke a provoca cu e economia mundial a drenta den receso y e sector di turismo enfrenta un crisis pio cu esun bibi durante 9-11.



Kico e programa ta inclui?

E programa ta inclui: e pago di e mita di e costo di e pasahinan, nan lo paga tambe un tercio di e factura di e hotel y ta inclui un cupon cu ta permiti nan pasa un anochi extra pa cada dos anochi

den su hotel local.

Ki tempo e programa aki lo cuminsa?

Fecha? Ainda ta dificil pa sa, no tin un fecha oficial pa e lansamento di e iniciativa aki. E informa-

cion cu autoridadnan a brinda, ta cu ora e situacion di e pandemia finalisa y existi condicionnan sigur pa e biaheronan por bishita Italia, tur cos lo cuminsa marcha. Diadomingo, dia 26 di april, Italia a registra e cantidad mas abao di

fayecimento desde cu e pandemia di COVID-19 a asota e pais, un total di 260 persona.

Ta spera cu e otro regionnan suma na e medida aki pa ora cu e pais bolbe bek na normalidad.

TRES PAIS TA FORTALECE SU MONEDANAN DOOR DI CONTENE E PANDEMIA DI COVID-19

Australia, New Zealand y Zuid Korea, a fortalece nan moneda y ta conta cu e confiansa di e inversionistanan, pasobra te asina leu, nan a controla miho cu e otro paisnan, e pandemia mundial di covid-19, segun e cadena Mericano CNBC.

En concreto, e directora gerente di estrategia cambiario di BK Asset Management, Kathy Lien, a sigura na e canal aki cu "New Zealand y Australia tabata hopi efectivo" den e ambito aki y ta hopi dilanti di paisnan manera Merca pa cumisa bek cu nan economia. Pa Tapas Strickland, director di e economia y mercado di e Banco Nacional di Australia, "ta existi e nocion cu Asia a controla e virus di manera mas efectivo cu Merca y Europa."

Desempeño di nan moneda

E dolar Australiano tabata un di e monedanan di su region cu pio

resultadonan na 2019, debi na su desaceleracion y e guerra comercial entre Merca y China, e principal socio comercial di Australia. E divisa ey, a yega na bal 0,70 dolar Mericano na comienso di e aña aki, a cay te cu 0,57 na mediado di maart - ora cu e preocupacionnan door di coronavirus a tuma forza - y for di e momento ey, a aumenta un 11,4%, te cu 0,64 dolar.

Den e caso di New Zealand, e dolar Neozelandes a yega na un minimo di 0,56 dolar Mericano na mediado di maart, pero for di e tempo ey, a registra un aumento di 6,4% y ta riba 0,60 dolar.

Respecto Zuid Korea, tanto e indice Kospi como won a recupera. E moneda aki a perde hopi balor na principio di maart, pero a fortalece casi un 5% mediado di e luna aki, a medida cu den e pais a disminui e casonan di covid-19.

Cifranan di contagio



Te cu dia 29 di april, na Australia, a contabilisa 6,746 contagio, 5.667 persona a recupera y 89 a fayece. Den e mesun fecha, New Zealand a conta cu 1.126 caso confirma, 1.229 recupera y 19 morto door di covid-19.

Di su parti, Zuid Korea a registra 10.761 infecta y 246 morto, mientras cu 8.922 persona a recupera. Merca ta e pais di mundo cu mas caso reporta: el a supera e milyon di contagio y a suma mas di 56.800 morto.

DEN VENEZUELA STRAAT CACHO A BULA CURA Y MORDE CYCLISTA Y BAY CU SU SLOF



Dialuna atardi a drenta informe di cu un cacho lo mester a morde un persona den Venezuelastraat, mesora a dirigi polis na e sitio. Na yegada di patruya a bin constata cu aki un cyclista coriendo riba caminda a ser ataca pa un cacho cu lo a

bula cura. Polis a atende cu e donjo di e cacho y a avise pa tene e cachonan paden si na ta custuma di bula cura. E cyclista su herida na su pia tabata menor ye cu ela move su pia liher for di e cacho su boca.

DEN EMMA STRAAT POLIS A DETENE UN DAMA RIBA CAYA VIOLANDO “TDQ”



Dialuna anochi patruya atento riba caminda di Emmastraat na altura di F.P.N.C. atuma nota di un dama riba caya duruante oranan di “TdQ”, mesora a para y detene e dama aki. Van di transport di C.E.A. a bini na e sitio y e transporta e detenido pa warda di polis unda e lo ricibi su boet pa viola “TdQ”.

Habitantenan a keda rabia cu supermercado conosi na Santa Cruz a pone cahanan dilanti su lugar



Dialuna nos a ricibi varios yamada di hendenan comentando e monton di cahanan buta dilanti e supermercado Mundo Nobo, nos a bay tira un bista y esaki ta berdad masha mahos bista

**WASTE HANDLING
CLEANING SERVICES**

**SCEPTIC TANK
(7 CUBE)**

**PRIJS SPECIAL
AWG 75,-**



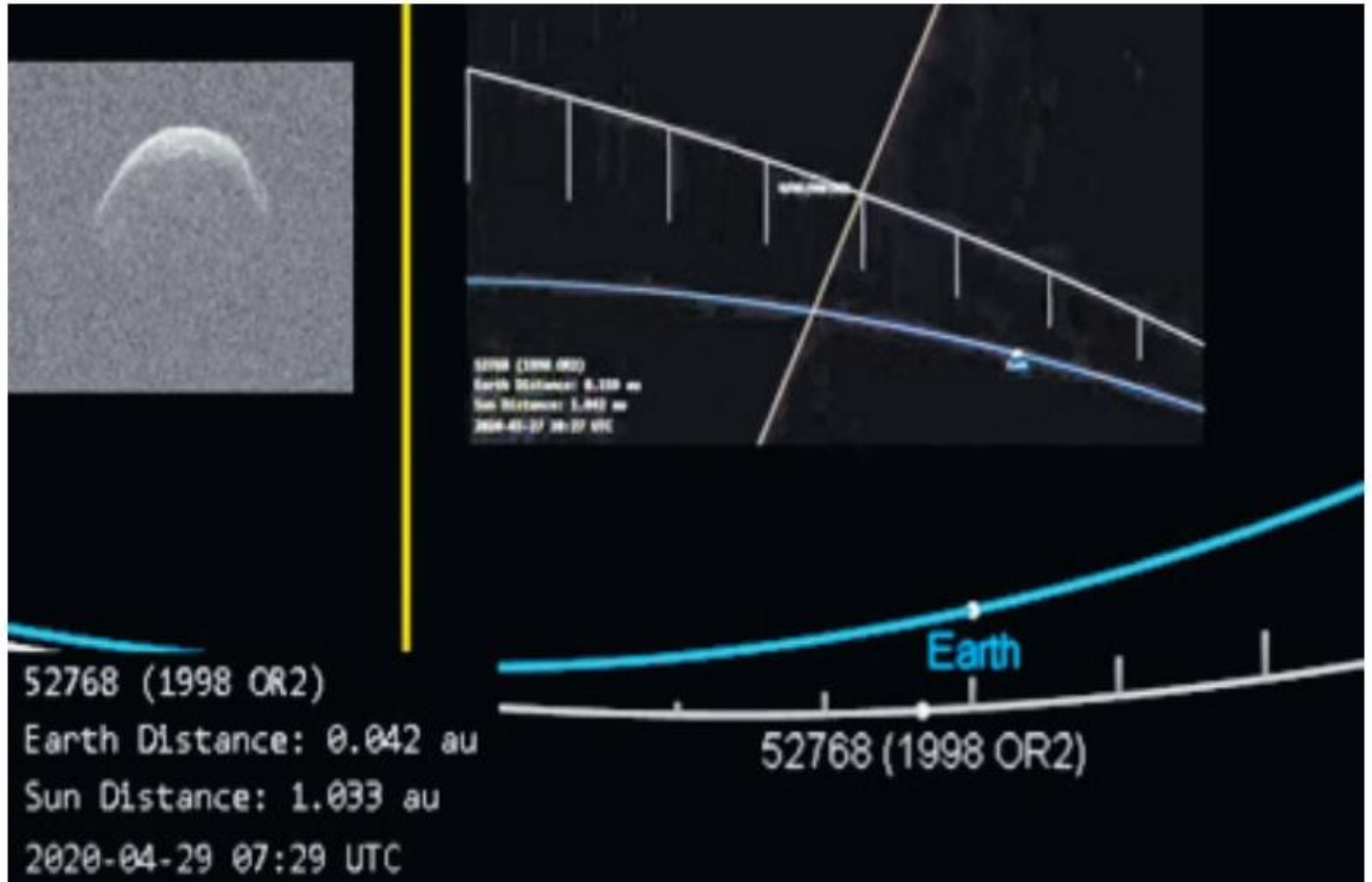
**YAMANOS NA:
560 3500 OF 563 4201**

UN GIGANTESCO ASTEROIDE CU FORMA DI MONDKAPJE TA ACERCANDO PLANERA TERA

E asteroide 52768 (1998 OR2), cual forma ta parece esun di un mondkapje, ta pasa diaranson cerca di nos planeta. Su trayectoria, basa riba e datonan di NASA, a wordo transmiti en bibo online. Ta trata di un di e cuerponan celeste mas grandi cu ta conoci te cu e fecha, su diametro ta di entre 1,8 y 4,1 kilometer.

Den su momento di maximo acercamiento, cu a coincide cu 9:56, e cuerpo celeste a pasa 6,3 miyon di kilometer for di tera, aproximadamente 16 biaha e distancia entre nos planeta y luna.

E asteroide ta biaha riba un velocidad di 31 mil kilometer pa ora. E agencia espacial mericano ta aclarea cu, apesar di su enorme tamaño, no ta existi riesgo di impacto.



SUICIDIONAN TA CRECE NA TAILANDA DOOR DI E STRESS DERIVA PA E CRISIS DI COVID-19



Na Tailandia, den e ultimo simannan, varios persona a suicida of a purba di caba cu nan bida debi na e crisis provoca pa e pandemia di coronavirus, prensa local a informa. Fin di siman ultimo, efectivonan di polis di e ciudad di Chiang Mai, a logra persuadi un dama pa no tira su mes for di brug. Autoridadnan local ta kere cu dicho persona tabata sufri di stress deriva di e problemanan relaciona cu e confinamento pa covid-19. Mientras na Bangkok, otro dama a purba di suicida bebiendo veneno den e isnta-

demia.

El a wordo traslada pa un hospital, unda cu dokternan a logra salba su bida. Mientras tanto, den e provincia di Udon Thani, un homber a suicida door di horca su mes despues cu su solicitud pa dicho bono a wordo nenga, lagand'e sin recurso pa mantene su yiu muhe. E famianan di e homber, a relata cu e tabata tin un restaurant chikito cu mester a cera door di e cuarentena y door di a keda sin fuente di ingreso, e homber a cay den un estado di angustia y ansiedad.

lacionnan di e Ministerio di Finanzas despues cu nan a nenga di dun'e un bono di gobierno pa 5 mil baht (mas of menos 154 dolar), destina pa yuda esnan mas afecta pa e crisis desata pa e pan-

PONTON 71
16 SMITH BLVD TIA
Call Us: 736.26.36
OPEN
8:00AM TO 5:00 PM
NON STOP

BON BINI
ALLTOCAR
NEW WORKSHOP

SPECIAL OFFERS FOR 3D WHEEL ALIGNMENT

RETAIL PRICE 130⁹⁵ AFL

OUTLET PRICE 89⁹⁵ AFL

» SPECIAL CARS

**LATEST GENERATION MACHINE
HIGH QUALITY CARS
USA SPECIAL TECHNICIANS**

RETAIL PRICE 144⁹⁵ AFL

OUTLET PRICE 99⁹⁵ AFL

COME AND CHECK ALL THE FLUIDS OF YOUR CAR FOR FREE

ALLTOCAR
PREMIUM OUTLET

DI 8:00 TE 5:00 NON STOP
16 SMITH BLVD TIA PONTON 71

YOUR FACTORY OUTLET

FOR THE BEST SERVICE DON'T FORGET TO MAKE YOUR APPOINTMENT 736.26.36 / 731.26.36

ANTI-SOCIALNAN A CENDE UN KINDERSPEELTUIN NA CANDELA NA MADIKI



Dialuna anochi a drenta informe di un candela na un park na Madiki, mesora a dirigi tanto polis como brandweer na e sitio. Na

yegada di polis a pidi brandweer cu mas urgencia ya cu un acelerante a ser usa pa por a pega e speeltuin na candela. Brandweer

a bini na e sitio y a traha liher pa asina domina e candela prome cu a causa mas danjo.

Polis a bay na Lucerostraat y a confisca un scooter cu tabata envolvi den un hit and run algun dia pasa



Dialuna atardi polis a ser pidi na un adres na Lucerostraat unda cu victima di un accidente hit and run lo a sigui un scooter te na eyan, mesora a dirigi diferente unidad na e sitio.

Na yegada di patruya na e sitio a papia cu donjo di un scooter cu ta declara

cu algun dia pasa ela pasa den un accidente cu e persona lo a sigui te su cas y nan lo a regla cuenta caba. Contrario di e declarashon di e victima cu lo a casualmente tope awe y sigui te na e adres ey. Polis a confisca e scooter pa investigashon di e accidente hit and run.

HORARIO
 HACI BO PEDIDO PROMER CU 9:00 am. NOS TA ENTREGA ENTRE 11:00 am - 1:00 pm.
 (HAZ TU PEDIDO HASTA LAS 9:00 am. SE ENTREGA PEDIDOS A DOMICILIO ENTRE LAS 11:00 am. - 1:00 pm)
SKINA CRIYO SNACK TRUCK NA PONTON 119-E
¡ HACI BO PEDIDO NA TEMPO !

28 APRIL MENU DIAMARS (MARTES)

ALMUERZO COMPLETO Afl. 13,50

- BEEF CUTSMALL CU SAUS CHAMPIGION (CARNE EN SALSA DE CHAMPIGION)

- GALINJA SToba (POLLO GUISADO)

TA WORDO SIRBI CU AROZ BLANCO OF ROZ MORO, SOPI DI CARNI BATATA MACHICA, SALADA Y AGUA PANELA.

(TODA COMIDA VIENE ACOMPAÑADA DE AROZ BLANCO, O AROZ MORO, SOPA DE CARNE, PURE DE PAPA, ENSALADA Y AGUAPANELA)

30 APRIL MENU DIAHUEBS (JUEVES)

ALMUERZO COMPLETO Afl. 13,50

- FILET DI GALINJA A LA PLANCHA (POLLO A LA PLANCHA)

- CABRITO SToba (CABRITO GUISADO)

TA WORDO SIRBI CU AROZ BLANCO, OF AROZ MORO, CONSOME DE GALINJA, BATATA MACHICA SALADA Y AGUA PANELA.

(TODA COMIDA VIENE ACOMPAÑADA DE AROZ BLANCO, O AROZ MORO, CONSOME DE POLLO, PURE DE PAPA, ENSALADA Y AGUAPANELA)

1 MEI MENU DIABIERNE (VIERNES)

MENU ESPECIAL AFL. 15,00

- MINI BANDEJA PAISA (ARROZ BLANCO, FRIJOL, CARNE, CHICHARRON, CHORIZO, COSTILLA, PLATANO FRITO Y AREPA)

REFresco: AFL. 2,00
COCA COLA, SPRITE OF ICE THEE

29 APRIL MENU DIARANZON (MIERCOLES)

ALMUERZO COMPLETO Afl. 13,50

- BACALAO

- RABO DI BACA SToba (RABO DE VACA GUISADO)

TA WORDO SIRBI CU AROZ BLANCO, SOPI DI BONCHI CORA, BANANA HASA, SALADA Y AGUA PANELA.

(TODA COMIDA VIENE ACOMPAÑADA DE AROZ BLANCO, FRIJOL, PLATANO FRITO, ENSALADA Y AGUAPANELA)

2 MAYO DIASABRA (SABADO)

MENU ESPECIAL

- BBQ DI SPARE RIBS Y GALINJA - Afl. 15,00 (BBQ DE COSTILLA Y POLLO, BBQ Y 1/2 GALINJA LO WORDO SIRBI CU, AROZ BLANCO OF AROZ MORO, SALDA, MAIZ Y BANA HASA)

- PAPAYA SToba - Afl. 15,00 (PAPAYA SToba LO WORDO SIRBI CU AROZ BLANCO OF AROZ MORO OF FUNCHI, BANANA HASA, AREPA Y SALADA)

- SANCOCHO DI RABO DI BACA - Afl. 15,00 (SANCOCHO DE RABO DE VACA 32oz, AROZ OF FUNCHI, AREPA, BANANA HASA)

REFresco: AFL. 2,00
COCA COLA SPRITE OF ICE THEE


 CATERING AND DELIVERY SERVICE
594 8921



Dietanan di ayuno ta funciona realmente?

Esaki ta loke bo mester sa

E tema cu nos ta trece e biaha aki por resulta di ta bastante polemico, ya cu ta existi opinion haya al respecto: dietanan di ayuno.

Hopi ta sigura cu si e ta funciona eficientemente pa perde peso. Di un otro banda, tin esnan cu ta afirma cu nan no ta efectivo a largo plazo y cu, ademá, ta pone e salud na riesgo.

Dilanti di e opinionnan contrarrestantenan aki, awe nos lo contabo di kico ta trata e dietanan di ayuno y tur su implicacionnan.

Dietanan di ayuno

E dietanan di ayuno por tuma luga di dos manera diferente. Uno, disminui e consumo di solamente 500 pa 800 caloria den dos dia pa siman. Of dos, pasa entre 12 y 18 ora diario sin come.

Sea cual sea e modalidad, ta fundamenta den e principio di e restriccion calorico. Esaki ta deriva den un perdida di peso significativo, cu ta produci di manera hopi rapido.

Ta diferencia di e dietnan di adelgasamento tradicional ya cu e no ta trata di un restriccion continuo durante varios siman of luna. E dietanan di ayuno, of di ayuno intermitente (como tambe esunnan conoci), ta intercala di periodo di restriccion total cu un periodo di come libremente.

Con e ta funciona?

Si bo aplica un diet di ayuno lo bo tin tres opcion:

* E prome opcion ta pa bo adopta un regimen alimentari oden cual bo tin prohibi come durante un lapso di 12 pa 18 ora pa dia. E resto di tempo lo bo por consumi e cantidad y e tipo di alimentonan cu bo kier.

* E di dos opcion no ta basa riba e dieta diario, sino den e consumo semanal. Durante 2 of 3 dia di siman, lo bo tin cu tin un consumo cu no ta supera 500 caloria (e consumo minimo diario recomienda ta 1500). E resto di



siman bo alimentacion habitual no lo ta altera.

* E di tres forma ta consisti den pasa henter un dia sin come, consumiendo unicamente awa. Segun partidarijan di e tipo di dietanan aki ta sigura, aplicandp algun di e tres metodonan aki ta logra perde peso.

Supuesto beneficianan

E partidario di e dietanan aki di ayuno ta afirma cu e ta trece varios beneficio pa e organismo, ademá di e perdida di peso. Al respecto, ta indica cu e personanan cu ta pone en practica e dietanan aki ta mehora nan nivel di sucu den sanger, pa cual ta disminui e riesgo di padece enfermedadnan cardiovascular y diabetes.

Finalmente, ta presumi cu e regimennan alimenticio aki ta yuda na evita enfermedadnan neurodegenerativo denomina, manera Alzheimer y Parkinson.

Detractor

Pa e banda contrario, ta existi esnan cu ta sigura cu, aunke e dietanan di ayuno por trece algun tipo di beneficio, e costo ta hopi halto pa e organismo.

Den e prome termino, nutricionistanan ta indica cu no tin sentido realisa un dieta pa perde peso di manera rapido si despues bo bolbe come manera antes, loke ta hiba na e inevita-



bel snowball effect.

Na di dos luga, specialistanan den nutricion y den endocrinologia ta adverti cu den restringi e nivelan extremo aki di consumo di alimento, e curpa ta keda sin e energia cu e tin mester pa funciona.

Problemanan di salud

Gran parti di e specialistanan den nutricion ta concorda cu un dia di ayuno compaña pa un consumo di awa, por resulta beneficioso como desintoxicante. No obstante, e prolongacion di esaki por conyeba na e estadonan critico di salud. Den casonan hopi extremo, incluso morto pa inanicion.

Di un otro banda, nutricionistanan no ta recomenda somete na nos organismo na ayunonan intermitente. Esaki ta loke ta implica restringi nos di come pa mas di 12 ora.

Esaki ta debe cu e curpa ta

dreña den un estado cu e ta afecta e funcion cerebral. Finalmente, tampoco ta recomenda somete nos pa varios dia na un consumo cu ta inferior na 1200 caloria. Den cuentanan resumi, expertonan no ta recomenda realisa dietanan di ayuno. En todo caso, solamente ayuno di un dia y como un mecanismo di desintoxicacion.

Ayunonan extremo

Pa hopi, e idea di keda sin come ta un locura, aunke sea pa menos di merdia. Na e individuonnan aki cualkier forma di ayuno ta parece extremista. No obstante, cu ayunonan extremo nos ta haci referencia na dietanan cu ta implica un mayor restriccion cu e mecanismonan cu ya nos a comenta.

Pa mas cu un diet asina aki ta na moda, nutricionistanan ta opone na ayunonan absoluto. Ta existi algun cu hasta ta prohibi consumo di awa. Di igual manera, e prolongacion durante mas di un dia di ayuno ta perjudicial. Ainda si bo bebe awa, ya cu e organismo ta cuminsa na consumi su propio proteinanan. De hecho, ta existi algun ayuno prolonga cu ta dura durante un y dos siman, den cual ta ingeri bebida. Por ta cu e ta aporta algo di energia, pero tambe por ocasiona otro problema den e aparato digestivo.

Ta bo decision

Manera nos por mira, no ta existi un consenso cu si e ta bal la pena of no ta pone den practica dietanan di ayuno. Awo bon, un alimentacion balansa sosteni den e tempo ta permitibo perde peso y conserv'e. Tambe na mantene un bon salud.

Nos recomendacion final ta pa bo no somete na dietanan pa e hecho cu nan ta na moda. Semper acudi cu un especialista, pa e elabora un plan especificamente diseña pa e necesidadnan di bo curpa.

UN SOLO MESA Y SIN CONTACTO HUMANO: ASINA TA UN RESTAURANT SUECO "INSPIRA" DOOR DI CORONAVIRUS

E pandemia di coronavirus y e distanciamiento social a "insira" un pareha Sueco pa habri un restaurant asina peculiar como seguro, unda cu un persona por come y sin tin ningun contacto cu e personal.

Na maart, Linda Karlsson y su casa, chef Rasmus Persson, a ricii un bishita inespera pa e mayornan di Karlsson.

Como cu nan no kier a pone na riesgo e famianan, ambos mayor di 70 aña, nan a pone un mesa den sabana pafo di nan cas y a sirbi nan cuminda atraves di e bentana.

Asina e idea di Bord for En (Mesa pa uno) a nace, un restaurant unda cu solamente lo bay tin un mesa y un stoel memey di campo.

E local lo habri dia 10 di mei, reservacionnan lo ta disponibel entre 10'or di mainta y 10'or y 45 di anochi, si ta bon un solo persona por reserva pa dia.

Pago boluntario

E invitado special aki por scoge un desayuno, almuerzo of cena di tres plato vegetariano, compana pa un bebida local no alchologico y



sirbi den un macutu cu lo wordo manda via un cabuya, cu ayudo di un wiel bieu di bicicleta, pa evita cualkier tipo di contacto.

E cliente por pone e tayanon uza dentro di un hemcho banda di e mesa y zona un bel pa e proximo plato.

Na final di e cuminda, e clientenan por paga e cantidad cu

nan ta parce adecuado. "Nos gusta adapta na e situacion cu e personanan ta aden," Karlsson a splica, cita pa Atlas Obscura.

Bord for En ta e unico restaurant den e pueblo Sueco di Ransater y ya a genera un gran interes.

E pareha a ricibi reservacion di henter Suecia y hasta di Hapon. Si ta bon, no ta cla ki ora e clien-

tenan Hapones por biaha pa Suecia, Karlsson ta kere cu un luga pa cumindanan solitario por ta un bon idea hasta ora cu e menasa a disparce.

"Pa honra realmente e compania di uno, mi ta kere e restaurant aki ta un bon opcion pa e personanan conoce nan mes miho," e ta estima.

ASISTENCIA HUMANITARIO NA PERUANONAN NA ARUBA DOOR DI 'FUNDACION FIESTAS PATRIAS PERUANO NA ARUBA'

Oranjestad - E 'FUNDACION FIESTAS PATRIAS PERUANONAN NA ARUBA' (FFPPA) a cumpli den e dianan aki cu entrega di comestibel na nan concudadanonan den un necesidad na e momento aki. Cu nan principianan humanitario di duna asistencia na e prohimo, e institucion a prepara cu tempo su donacionnan, apoya pa un cantidad grandi di simpatisantenan.

Directiva ta hopi agradeci na tur esnan cu a colabora y a haci posibel cu e gesto aki a keda realisa den e momentonan dificil di su comunidad Peruano.



Oficina di prensa di e

Fundacion Fiestas Patrias
as Peruanos na Aruba.

Aruba, 27 di April 2020

Loke bo no bebe na edad tiki mas madura tin 45% mas di riesgo Bebe alcohol por preveni demencia?

E siman aki, un estudio publica den *British Medical Journal*, cu a busca pa sigui paso di 10.300 persona pa 23 aña pa sa con tabata nan rutina di consumo y con e memoria lo bay progresando, ta duna un respaldo na e hipotesis aki: "E riesgo di demencia a aumenta den personanan cu a abstene den ingeri alcohol na mediana edad of consumi menos di 14 unidad pa siman.

E hayasgonan actual ta alenta cu ta revisa cierto guia riba e consumo nocivo di alcohol pa promove un miho salud cognitivo riba edadnan mas avansa," ta e resultado cu a yega na e investigadornan.

Pero e conclusion aki mester wak'e cu un loep. Den e estudio, specialistanan a recluta participantenan entre 1984 y 1993, tempo nan tabata tin entre 35 y 55 aña. Despues nan a sigui cu un participantes entre 1985 y 1993, cuando tenian entre 35 y 55 años.

Luego les fueron haciendo seguimiento cada cuatro o cinco años, en distintos grupos, hasta el 2016. Durante este período a casi 9.000 de los 10.000 participantes iniciales se les analizaron los resultados en los servicios de salud mental, si debían acudir a servicios especializados o no, así como los registros de mortalidad. Al final dieron con un total de 391 casos de demencia.

Lo curioso vino cuando cruzaron estos datos con los que habían tomado décadas atrás, pues encontraron que "quienes

no tomaban nada de alcohol durante la mediana edad tenían un 45 % más riesgo de padecer demencia que quienes sí tomaban entre una y catorce unidades alcohólicas a la semana".

Esto, claro, no quiere decir que beber alcohol esté relacionado con una mejor salud mental. Todo, en realidad, está en las dosis y el número de copas. La investigación también encontró que aquellos que se fueron



para el otro lado y consumían más de 14 bebidas alcohólicas a la semana cuando estaban entre los 35 y 55 años tenían mayor riesgo de sufrir demencia. "La demencia tiende a aumentar cuanto más bebía una persona, teniendo en cuenta que con cada aumento de siete bebidas por semana había un aumento del 17 % en riesgo de demencia", afirma la investigación conducida por científicos franceses y británicos.

La recomendación final que dan los autores es que, por lo menos durante la edad adulta, se tenga en cuenta una especie de equilibrio en el consumo de alcohol. Pues, por lo



menos estadísticamente, consumir muy poco o en exceso aumenta el riesgo de sufrir demencia. "Estos resultados sugieren que la abstinencia y el consumo excesivo de alcohol se asocian con un mayor riesgo de demencia, aunque los mecanismos subyacentes probablemente sean diferentes en los dos grupos", dicen los autores.

Pero, de nuevo, son resultados que deben mirarse con lupa, pues la investigación, aunque larga y reveladora, tiene un vacío: desconoce cuál fue el consumo de alcohol de los participantes antes de llegar a los 35 y 55 años. Por ende, se podría inferir que muchos de los que llegan a esa edad lo hacen

porque son abstemios y bebieron mucho en la juventud, lo que podría estar relacionado con la demencia que tienen cuando ya son mayores. Una pieza que, sin duda alguna, deberán examinar nuevas investigaciones.

PUEBLO A HAÑA SU PEN BEK
Pa kualkier informacion
solodipueblo@gmail.com
or
585-9500

SOL
BRIYANDO FUERTE • TRECIENDO CLARIDAD
Di Pueblo
Tipline: 585 9500
e-mial: solodipueblo@gmail.com

Parlamentario Michael Lampe

INTERES POLITICO DI FRACCIONNAN DI GOBIERNO A BIRA UN OBSTACULO

Fraccion di AVP diamars mainta a presenta pa e reunion publico pa trata presupuesto di Parlamento pero tambe e ley cu ta reglamente e reduccion di salario di Parlamentarionan pa e tempo di crisis aki. Parlamentario Michael Lampe a muestra cu ta di lamenta e hecho cu mientras cu fraccion di AVP a bin pa atende e asunto serio aki y regla tur asunto sin perde tempo, por a tuma nota cu dos frac-

cionnan cu ta sostene gobierno, esta fraccion di MEP y fraccion di MEP, tin diferencia di opinion serio.

"E situacion aki a crea pa un problema serio caminda den seno di fraccionnan cu ta sostena gobierno, no tin consensus riba e concepto di ley presenta pa fraccion di MEP caminda lider di fraccion di POR, a dicidi cu e concepto aki no ta sirbi y esaki tin cu wordo tira den prullebak.



RUMANNAN KLABER DI BRAZIL TAEKWONDO STICHTING A TRAIN NA SEROE ALEJANDRO



Diasabra ultimo e rumannan Klabér di e team di "Train Hard Fight Smart" tabata tin un otro reto na Seroe Alejandro ya cu e training tabata mas duro.

E rumannan Klaber ta focus ariba nan carera di Taekwondo y ta pone hopi enfasis ariba nan training. Mirando cu nan no sa ki dia cos lo normalisa bek y ki dia lo por tin un vacuna pa asina nan por cuminsa biaha pa bay trainings camp y campeonato. Nan lo sigui cu nan training duna pa nan tata Alberto Klaber.

Alberto Klabér ta den combersacion semanalmente cu Ex Campeon Mundial y Coach Olimpico Henk Meijer cu ta e coach di e Rumannan Klaber. Henk Meijer ta coach e rumannan Klaber pa basta aña caba. Henk Meijer tin un trainings camp plania na Servia na luna di Juli pa Augustus, pero nos no sa si esaki lo ta posibel e aña aki ainda, mirando e situacion actual. Un cos ta sigur cu training di e rumannan Klaber ta sigui pa asina nan ta cla manera cu nan wordo yama pa representa Aruba den exterior.

Nos di fracciobn di AVP ta haya e situacion aki totalmente for di lugar ya cu na momento cu nos tin cu atende cu asuntonan cu ta toca interes general di nos pueblo, no por tin luga pa e tipo di weganan politico aki.

Ya caba nos tin hopi tata y mama di famia cu a perde nan salario, mas hendenan cu ta pasando den situacionnan dificil y e reunion aki mester a muestra e disponibilidad di miembronan di Parlamento, pa duna di nan parti tambe un sosten significativo pa e situacion cu nos tur ta

pasando aden.

Fraccion di AVP a presenta un amienda caminda lo pidi pa Parlamentarionan duna algo mas compara cu locual ya caba a wordo palabra y e situacion politico crea pa e dos fraccionnan geel y blauw, ta totalmente for di luga y ta algo di lamenta totalmente.

Den momentonan asina seriedad ta loke tin cu prevalece caminda interes di pueblo, sigur mester ta riba tur otro asunto di partido y sigur asuntonan politico," Parlamentario Michael Lampe a declara.

Abona na



A BO NO MESTER SALI DI CAS

Yama **585-9500** of

e-mail nos na **solodipueblo@gmail.com**

Tur marduga nos ta entrege den bo

porta di cas!

Noticia cayente, ta aki bo ta haye!

SERVICIO Y COMPRA



DELIVERY FREE

PEDIDO
TEL: 5684160

TA BENDE'AWA DI COCO FRESCO
ZETA DI COCO - COCADA - LEMON JUICE
TAMARIJN - ORANGE JUICE - SORSACA
ALOE VERA JUICE

TA BENDE NAN 1.5 LITER OF NA 20 ONS DEN BOTTER.

CUSHINA DI NESTOR TUR DIADOMINGO

Siribana 45a na "Sta Cruz"

MENU

| | |
|-----------------|------|
| BBQ MIX. | 13,- |
| BBQ GALINJA. | 13,- |
| BBQ LOIN RIBS. | 14,- |
| BBQ SPECIAL. | 25,- |
| LOMITO. | 16,- |
| CABARON. | 17,- |
| PALO DI LOMITO. | 6,- |
| GALINJA. | 3,- |
| CABARON. | 7,- |
| SALADA EX. | 2,50 |
| AROOS. | 1,- |
| AROOS CON POLLO | 2,50 |

POR JAMA OF WHATSAPP PA PEDIDO
NA 7497071 OF PASA NA SIRIBANA DI 11OR PA 4OR.
SOCIAL DISTANCIA 1:50/2 METER.



Dienstregeling artsen IMSAN

APRIL 2020

Dr. Boderie, E
Dr. de Cuba, M
Dr. Every, B
Dr. Giel, D
Dr. Linden v/d, J

Dr. Ramautar, K
Dr. Veringa, E
Dr. Vis, S
Dr. Wever, M
Dr. Winterdal, N

WO 01 EVERY
DO 03 GIEL
VR 04 LINDEN V/D

MA 20 GIEL
DI 21 LINDEN V/D
WO 22 RAMAUTAR
DO 23 VERINGA
VR 24 WEVER

MA 06 RAMAUTAR
DI 07 VERINGA
WO 08 VIS
DO 09 WEVER
VR 10 BODERIE (Goede Vrijdag)

MA 27 GIEL (KONINGSdag)
DI 28 WEVER
WO 29 WINTERDAL
DO 30 BODERIE
VR 01 MEI RAMAUTAR

MA 13 LINDEN V/D (Paasmaandag)
DI 14 WINTERDAL
WO 15 BODERIE
DO 16 DE CUBA
VR 17 EVERY

WEEKENDDIENST

04 - 05 APRIL
11 APRIL
12 APRIL
18 - 19 APRIL
25 - 26 APRIL
02 - 03 MEI

* WEVER
* VIS
* DE CUBA
* WINTERDAAL
* BODERIE
* DE CUBA

TA FURA

Orange Matrassen Fabriek

30% Y 40 %

di descuento riba cashi paña
y cashi television.

Matras y Box

Busca mainta y haye atardi.

Set di sala, comedor etc.

Tel: 588-7468 / 593-4387



TA BUSKA

Shipping container 20 pia

Tuma contacto cu na

562.9697

Abona na **SOLO** Di Pueblo awor!
A BO NO MESTER SALI DI CAS Yama 585-9500 of

e-mail nos na solodipueblo@gmail.com

Tur marduga nos ta entrege den bo porta di cas!

Noticia cayente, ta aki bo ta haye!

Sopi di Letranan

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Q | C | T | Z | N | P | A | R | A | G | U | A | Y | N | X | Q | N | S | N | Z | R | N | X | I |
| G | G | Z | A | W | A | D | A | N | A | C | D | Z | R | N | T | H | W | A | O | D | G | G | M |
| S | A | N | L | F | J | Z | P | A | N | I | H | C | O | A | V | I | I | K | C | R | M | E | E |
| I | H | G | W | N | R | W | M | A | R | R | U | E | C | O | S | N | B | I | F | G | N | P | L |
| N | X | N | I | O | S | N | P | L | B | I | L | Y | C | B | A | R | V | I | T | T | I | O | Z |
| P | L | B | G | A | K | D | W | I | M | G | U | K | O | M | A | B | F | F | Y | A | N | R | L |
| H | W | U | H | Q | F | A | E | O | T | J | I | L | E | S | X | W | R | Z | P | D | L | H | R |
| T | C | X | S | Q | M | R | K | C | L | K | I | L | I | A | R | B | C | U | R | Q | V | I | H |
| E | O | L | E | O | P | B | O | T | E | V | A | L | G | G | N | H | U | E | S | V | Q | F | A |
| Y | V | B | R | Y | A | B | C | N | I | R | I | D | M | J | L | I | S | V | N | E | W | W | B |
| E | U | Z | A | L | C | T | I | A | H | A | J | N | A | U | E | N | T | D | M | S | L | C | W |
| Q | J | P | O | H | I | M | E | E | I | U | H | P | Z | F | Q | D | T | N | Q | D | Q | A | L |
| G | V | I | I | X | A | S | C | N | E | C | O | M | D | G | B | N | Y | H | E | I | W | Z | S |
| K | T | L | D | K | X | O | B | N | A | N | N | V | Z | R | I | K | G | Y | Z | G | I | W | G |
| B | E | H | Y | P | E | R | W | O | O | S | Z | A | A | L | N | H | A | X | C | T | R | P | R |
| G | O | A | A | R | G | E | L | I | A | E | O | S | R | F | F | O | K | F | G | U | R | A | P |
| F | N | D | U | P | S | S | M | N | Q | J | I | E | M | F | W | Z | C | G | G | S | H | H | R |
| A | U | S | T | R | A | L | I | A | A | L | B | A | F | Q | Z | S | K | I | H | B | S | E | D |
| G | Y | D | L | U | V | B | U | F | K | F | D | E | K | Q | L | I | F | R | X | Y | X | U | C |
| Z | S | Z | X | T | D | U | G | K | V | R | U | S | I | A | G | X | K | T | U | E | L | F | M |
| I | T | K | Q | J | L | Q | P | R | I | A | P | G | R | E | C | I | A | N | L | X | M | Q | X |
| H | T | J | C | E | D | Y | T | D | U | O | D | P | J | C | L | C | Q | U | Y | A | S | B | V |
| J | S | G | E | U | I | E | T | Z | F | K | O | D | Z | V | Z | Z | J | W | A | A | M | R | W |
| V | U | L | A | G | U | T | R | O | P | I | J | X | P | T | S | U | I | Z | A | C | Q | M | L |

alemania
argelia
argentina
atenas
australia
berlin
bolivia
brasil
brasil
bruselas
canada
chile
china
francia
grecia
italia
japon
lisboa
londres
madrid
marruecos
mexico
paraguay
portugal
roma
rusia
suiza

Crossword puzzles

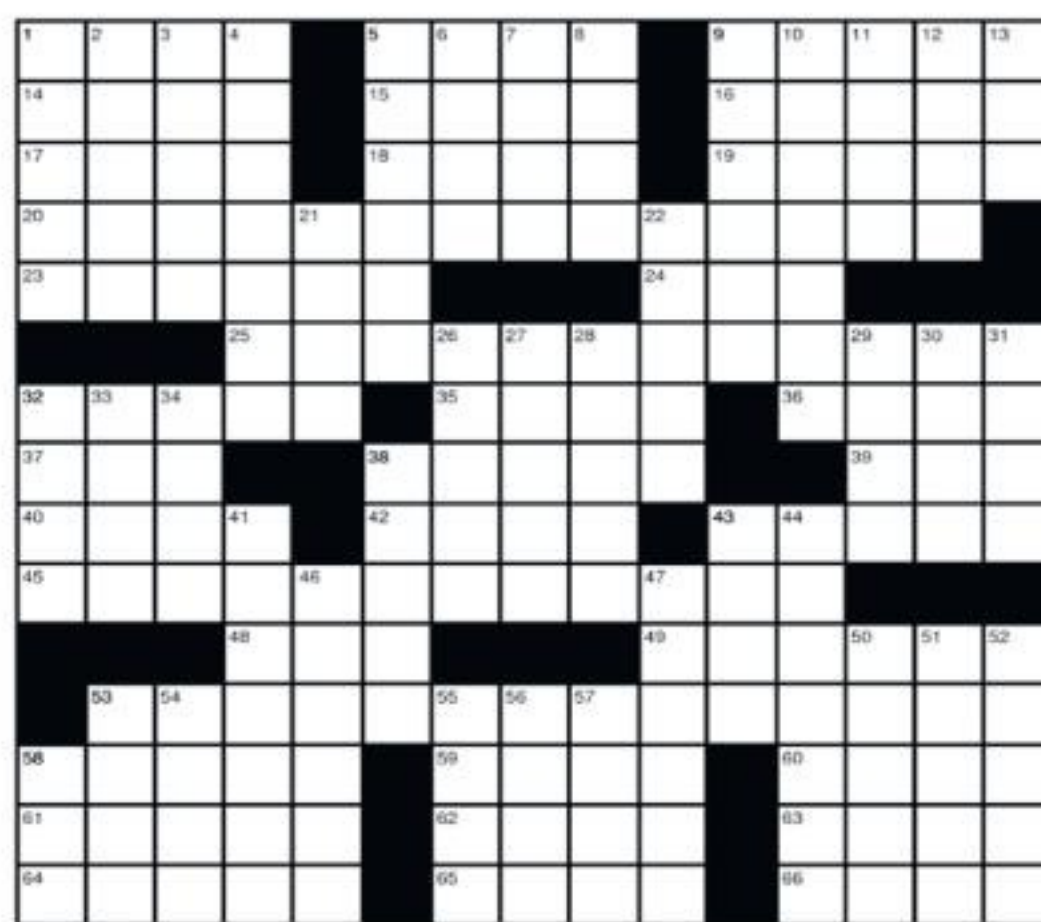
The Wrath of....

ACROSS

1. He may cross the line
5. Literary Finn
9. Divide
14. Desire
15. Eye with desire
16. Desire
17. Made mad
18. "Kaboom!"
19. Loosen up
20. CON
23. Affirm at the altar
24. Liza Doolittle's dwelling
25. CON
32. Drilled
35. Domain of Eos
36. Put to flight
37. Hollywood Gardner
38. Stan's comedic pal
39. Former fort near Salinas
40. "99 Luftballons" singer
42. Freshman, typically
43. Dates with a Dr., perhaps
45. CON
48. Word with go or by
49. Recited in rhyme, perhaps
53. CON
58. Tartan garment
59. "Night Sins" author Tami
60. SASE, typically
61. Dancer's support
62. Fit
63. "Dollhouse" heroine
64. Jerk
65. Mexican sauce
66. Eye affliction

DOWN

1. Sends to stores
2. Jazz Chick
3. Rich Little's trade
4. Place for a glasses case
5. Rub elbows
6. Unpleasant-sounding citrus



© 2010

7. They may have their own tartan
8. 1996 VP candidate
9. Cut corners
10. Factory configurations
11. "Mission: Impossible" composer Schiffrin
12. "Meatballs" director Reitman
13. Popular cowboy nickname
21. Was laid low by a high?
22. Broadcasting pioneer Arledge
26. Jung contemporary
27. Yarns
28. "Dallas" family name
29. "Breakfast for Dinner" eatery
30. _____ cloud (home for comets)
31. Assents
32. "Kaboom!"
33. Out's partner
34. Punjabi princess
38. SNL alum, Cheri
41. Surreptitious romances
43. Love personified
44. Jazz-men Ellis and Russell
46. Type of bicycle
47. High point
50. Color lightly
51. Like wool sweaters, for some
52. Daphnis's love
53. Response to a rake
54. Legal opening?
55. Imitation
56. Bindlestiff
57. Eden event

PRONOSTICO DI TEMPO VALIDO TE DIARANSON 29 DI APRIL 2020, 18:00 ORA.

COMPILA:

DIAMARS 28 DI APRIL 2020 17:00 (21:00 UTC)

TEMPO:

AWE ANOCHI: LEVEMENTE TE PARCIALMENTE
NUBLA I GENERALMENTE SECO
DEN MARDUGA I MAYAN: LEVEMENTE TE PARSIAL-
MENTE NUBLA CU UN
POSIBEL AWACERO PASAJERO

TEMPERATURA MAXIMO 33 GRADO CELSIUS
TEMPERATURA MINIMO 27 GRADO CELSIUS

BAHADA DI SOLO : 6:54 PM
SUBIDA DI SOLO : 6:20 AM.

BIENTO:

FOR DI DIRECCION GENERALMENTE OOST I
MODERA TE BASTA FUERTE;
FORSA 4 TE 5 (20 TE 39 KM/ORA, 11 TE 21 NUDO).
DEN DIA FUERTE, TE DURO DEN RAFAGA;
FORSA 6 TE 7 (40 TE 61 KM/OR, 22 TE 33 NUDO)

SITUACION GENERAL DI TEMPO PA PROXIMO 24
ORA:

CONDICIONAN ATMOSFERICO DESFAVORABLE PA
FORMACION DI NUBIANAN
CU POR PRODUCI AWACERO LO MANTENE E TEMPO
GENERALMENTE SECO.

CONDICIONAN MARITIMO/ ESTADO DI LAMA:
UN ESTADO DI LAMA GENERALMENTE MODERA TA
WORDU SPERA PA PROXIMO

24 ORA. OLANAN LO TA FOR DI OOST ENTRE 4 TE 6
PIA. POR SPERA E
OLANAN DI MAS HALTO NA E PARTINAN OOST TE
NOORDWEST.

AVISO/ ALERTA:

TA PIDI OPERADORNAN DI BOTO CHIKITO PA BAI
CU CAUTELA
RIBA LAMA HABI, ESPECIALMENTE NA PARTINAN
OOST TE
NOORDWEST DI COSTA.

FENOMENONAN SPECIAL: NINGUN

POTENCIAL DI AWACERO PA PROXIMO 24 ORA: ME-
NOS DI 1 MM;
LOCALMENTE ESAKI POR VARIA.

REGISTRACION DI TEMPERATURA (GRADO CEL-
SIUS) Y AWACERO (MM)
DEN ULTIMO 24 ORA:

AIRPORT : MAX 32 / MIN 26 / 0.0 MM
WESTPUNT: MAX 32 / MIN 27 / 0.0 MM
STA ROSA: MAX 32 / MIN 27 / 0.0 MM

PRONOSTICO DI TEMPO PA PROXIMO 3 DIANAN:
PARCIALMENTE NUBLA I GENERALMENTE SECO.
BIENTO LO TA FOR DI DIRECCION OOST;
MODERA TE BASTA FUERTE, FUERTE TE DURO DEN
RAFAGA;
TEMPERATURA (GRADO CELSIUS) MAX / MIN LO
TA: 33 / 27



| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|--|---|---|---|---|
| 4 | 8 | | 1 | | | | | |
| 9 | | 6 | | | | | 7 | |
| | 2 | | | | 9 | | 4 | 5 |
| 5 | | | | | 1 | 9 | | |
| | | 1 | 5 | | 3 | 4 | | |
| | | 9 | 2 | | | | | 1 |
| 7 | 1 | | 4 | | | | 8 | |
| | 3 | | | | | 6 | | 7 |
| | | | | | 8 | | 2 | 4 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | | | | | | 9 | | 7 |
| | 3 | 5 | | | | | 2 | |
| 9 | | | 7 | | | | 6 | |
| | | | 3 | 1 | 6 | 4 | | |
| | | | 5 | | 8 | | | |
| | | 8 | 9 | 2 | 4 | | | |
| | 7 | | | | 9 | | | 2 |
| | 9 | | | | | 7 | 1 | |
| 6 | | 1 | | | | | | 9 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 4 | | | | | 3 | 2 | | 7 |
| | 1 | | | | | 5 | 4 | |
| 5 | 7 | | 2 | 4 | | | | |
| 6 | | | 7 | | 2 | 8 | | |
| | | 1 | | | | 9 | | |
| | | 2 | 3 | | 6 | | | 5 |
| | | | | 7 | 5 | | 9 | 6 |
| | 5 | 6 | | | | | 2 | |
| 8 | | 7 | 6 | | | | | 4 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 7 | 5 | 4 | | | | | 8 |
| | | 6 | | | | | | |
| | 9 | | | | 5 | 2 | | |
| | 1 | | 8 | 7 | | 5 | 6 | 9 |
| | 6 | | | | | | 3 | |
| 9 | 5 | 8 | | 3 | 6 | | 2 | |
| | | 9 | 7 | | | | 1 | |
| | | | | | | 6 | | |
| 8 | | | | | 4 | 9 | 5 | 7 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|--|---|---|---|---|
| 6 | | | 8 | | | 3 | | |
| | 2 | | 1 | | | | 8 | 4 |
| | | 7 | 2 | | | | 6 | |
| | 4 | | | | | 6 | | 3 |
| | 7 | | 9 | | 6 | | 4 | |
| 2 | | 6 | | | | | 9 | |
| | 1 | | | | 9 | 8 | | |
| 5 | 9 | | | | 8 | | 3 | |
| | | 3 | | | 1 | | | 7 |

Abona na



A BO NO MESTER SALI DI CAS

Yama 585-9500 of

e-mail nos na solodipueblo@gmail.com

CONOCE CON BO PIANAN TA PAPIA RIBA BO ESTADO DI SALUD

E pianan ta loke ta soporta tur e peso di nos curpa durante henter e hornada diario, por lo tanto ta cual mas cuidado ta rekeri, pero desafortunadamente no semper sa ricibi e atencion cu nan merece.

Sin embargo, bo tabata sa cu por meido di e pianan nos por identifica hopi problema di salud, tanto fisico como emocional? Esaki ta converti den un rason mas cu suficiente pa brinda nan e cuidadonan necesario y mantene nan sano. Conoce un poco mas a continuacion.

Nos pianan y su relacion cu salud

Un di e maneranan mas simpel di sa si nos ta presentando un problema di salud, ta fihando detenidamente den e cambionan cu nos pianan ta presente, por ehempel

- Den e pia y e dedenan ta existi - den mayor of menor cantidad - algun lana, loke ta indica cu den e zona aki tin un bon irrigacion di sanger; si e lananan aki cuminsa cay - desapareciendo casi por completo - ta indica nos cu ta existi un problema di mal circulacion. Den e caso aki por ta culpa di un sapato inadecua cu ta causa hopi presion na e pianan of algun mea cu lastiek demasiado preta

- E presencia repentino y frecuente di calamber na pia cu por ta indicando cu nos falta di algun nutriente of tambe por ta señal di un mal hidratacion, manera mal circulacion. Di e manera aki, ta importante tene na cuenta e posibel causanan y busca e solucion apropiada.

- Si e calambenan ta presenta den personanan cu ta practica deporte, e causa por ta falta di hidratacion, por lo tanto mester implementa e consumo adecuado di

awa pa purba di mehora e condicion aki lo antes posibel; pero si esaki no ta e caso, lo mas sigur e ta trata di e falta di algun nutriente, manera ta potassium, calcium y magnesium.

- Otro señal di algo cu no ta bay bon ta e presencia di un yaga cu nunca ta caba di cura, esaki por ta e muestra cu bo por ta sufriendo di diabetes, ya cu personanan cu e condicion di salud aki ta presenta dañonan ireparable na e nervionan di e man of pianan y un gran dificultad pa cicatriza heridanen of cualkier tipo di ulcera.

- Mantene manera un tipo di friu exagera na e pianan cu por ta señal cu e tiroidenan no ta funcionando corectamente y bo por sufri di hipotiroidismo. Otro motibo pa cual ta mantene e pianan hopi friu ta mal circulacion, por lo tanto e miho recomendacion ta di acudi na un especialista pa verifica cual por ta e causa exacto

di e frialdad na e pianan.

- Ora cu e pianan ta keda hincha e causa principal por ta e mal funcion di e riñon, ta existi retencion di likido. Otro motibo frecuente di e presencia di e hinchason di pia ta e consumo di algun medicamento cu ta produci, den e clase aki di efectonan secundario. No lubida.

Ta importnte tene na

cuenta cada un di e cambionan cu nos ta nota na nos pianan y di inmediato acudi na un consulta medico, ya cu ta trata di un señal di un problema di salud cu ta presenta y, manera nos tur sa, mas bal preveni cu cura. No descuida di bo pianan, ni ningun otro parti di bo curpa... Cada un por ta dunando bo un señal cu algo ta sosodiendo!





Se asegura que esta Oración se encontró el año de 1550 sobre el Sepulcro de N. S. Jesucristo y se la enviaron al Emperador Carlos El Grande cuando partía a combatir en San Miguel, en Francia.

Todo aquel que rece o lleve encima esta Oración será preservado de muerte repentina, de morir ahogado, quemado, de ser envenenado y de toda clase de accidentes. Las mujeres tendrán partos felices y al niño a quien se le aplique, será preservado de todo mal. Cura la epilepsia.

El que propague esta Oración recibirá muchas bendiciones y gracias. La casa donde se conserve con respeto y devoción, será preservada de las tempestades.

El que la rece diariamente, no morirá sin los Sacramentos.

(Con aprobación Eclesiástica)

† EMILIO, Arzobispo

Rezar esta Oración el Viernes Santo a las 3 p.m. y de preferencia el 3 de Mayo.

ORACION

Dios, Todopoderoso, que habéis padecido muerte de cruz por mis pecados, venid a mí Jesucristo, por tu Santísima Cruz, tened piedad de mí, tened piedad de nosotros, Santa Cruz de Jesucristo, sed mi esperanza. Jesucristo, por la señal de tu Santa Cruz, retirad de mí, toda arma corrompida, derramad sobre mí, toda clase de bienes. Por la Señal de tu Santa Cruz, apartad de mí todo mal. Santa Cruz de Jesucristo, sed mi salvación, apartad de mí, todo peligro de muerte; preservadme de toda clase de accidentes temporales. Yo adoraré a Nuestro Señor Jesucristo Crucificado y veneraré la Señal de su Santa Cruz. Jesús Crucificado, tened piedad de mí; haced que el espíritu malo huya de mí, ahora y siempre, por todos los siglos de los siglos. Amén.

Por tu Santa Encarnación, por tu glorioso nacimiento, por tu Santísima Sangre, por tu Corona de Espinas, tus Sagradas Llagas y preciosa Muerte en el memorable Viernes Santo, tened piedad de mí. libradme de todos los males en este mundo y llevadme después al cielo, para bendecirte y amarte por toda la eternidad. Amén.

Pro- Catedral San Francisco Sigui Santa Misa for di bo cas

[www.facebook.com/ Parokia.Sanfrancisco](https://www.facebook.com/Parokia.Sanfrancisco)



Pastoor Stanislaw ta invita tur nos rumannan pa sigui nos riba face book [www.facebook.com/ Parokia.Sanfrancisco](https://www.facebook.com/Parokia.Sanfrancisco).

Na unda nos lo celebra Santa Misa diabierna 1 di mei, prome diabierna di luna pa 6'or di atardi sigui cu Adoracion di Santisimo Sacramento cu Rosario di Divina Misericordia y otro oracionnan.

Y Diasabra 2 di mei, prome diasabra di luna pa 8'or di mainta. Pastoor ta invita tur nos rumannan, pa hunto nos venera nos Mama Celestial y Gradici Dios pa e regalo divino aki. **SIGUI NOS RIBI FACE BOOK**

Huan 11: 25

Hesus a bis'é: 'Ami ta resurekshon i bida; esun cu kere den Mi, lo biba asta si e muri.

Cu inmenso dolor na nos curason pero conforme cu boluntad di Señor, nos ta anuncia fayecimento di nos estimada Mama, Wela, Bisa-wela, Tatarawela.



Sra. Vda COSMA (Tina) GEERMAN-RAS

Cariñosamente yama "Mama Tina"
Vda di Floriano "Foyan" Geerman
*27 September 1927 – †27 April 2020

Pa motibo di e situacion actual relaciona cu "Shelter in Place", nos no por ricibi bishita di condolencia na cas. E acto di entiero lo tuma lugar den seno familiar.

Masha danki pa e comprension.

Por condoleer famia via email:
DrumidushiMamaTina@gmail.com

MENSAHE DI LA BIRGEN DI GRACIA DI ARUBA

Pas, amor y hopi bendicion y forsa pa sigi.

Mi sa cu boso ta pasando den duro y den hopi dolor. Tur dia boso ta pensa y ta puntra kiko mas lo bay pasa? Hopi di boso ta drumi pendiente y pensa kiko lo bay sosode cada dia. Hopi di boso tin miedo di drumi, pasobra boso no sa si boso ta lanta bibo of morto. Esey kiermeen cu hopi hende tin miedo di muri. E mundo a dreña den un soledad y kietud completo. Mi yiunan, hopi di boso lo sigi muri y boso lo perde un ser keri den boso famia. Ta asina difícil awor cu famianan no por despedi di nan ser keri. Ta mescos cu un curpa di hende no tin balor mas.

Hasta boso no por bay entierro y e mortonan ta wordo kima sin un ceremonia di despedida. Esey ta haci un dolor profundo na Mi curason.

Tur ora Mi ta bisa boso, semper trata otro bon na bida. Ora un persona fayece, e ora ey boso kier dun'e balor y carinjo, pero e ora ey ta hopi laat. Tur e otro temponan boso a trata e persona cu a fayece hopi malo y awor boso kier pidi'e pordon, pero e no tey mas pa scucha boso. Cuanto di boso den e temponan aki ta pasa momentonan di grito, di maltrato y di ofensa, tambe tin hendenan cu no sa con pa papia cu otro y ta usa palabranan pisa, cu ta haci danjo y dolor na otro. No hunga cu sentimentonan di otro tampoko, pa-

sobra e mundo a dreña den un silencio di seriedad. Con lo bay para cu cada un di boso bida? Tempo no ta bay warda riba ningun hende, e ta pasa hopi liher y e ta cortico. Pesey tuma tempo pa haci algo bon cada dia. Corda cu door di e pruebanan aki, hopi di boso lo cuminsa maltrata otro pa motibo di plaka. Si un persona di famia no ta bay di acuerdo cu boso, anto problemanan y pleitonan lo cuminsa den famia. Mi yiunan, esaki ta algo cu ta pasando sigur den mundo. Hopi hende ta biba den ansha y preocupacion. Busca Mi Yiu Hesus cu por yuda boso. Plaka ta cambia boso y no laga esey sosode. Solo lo briya den mundo y lo sigi sali senjalnan den cielo pa tur di boso por mira. E satanas tambe ta bringando den mundo pa hiba hendenan den perdicion. Boso lo dreña den un purificacion di mundo pa e yamada di Dios, pa mira ken ta keda y ken ta bay. Hopi di boso ta yama, pero poko ta e escohidonan. Mi yiunan, tin di boso ta haci bon y tin otro nan cu ta haci malo den mundo. Esey ta haci Mi dolor pa bisa boso e berdad. Cu lagrimanan den Mi wowo, Mi ta papia cu Mi curason hopi kibra. Mi Yiunan, poko poko lo Mi bisa boso tur e mensahenan. Mi kier haci boso un pregunta, boso a yega di pasa den hamber caba Mi yiunan? Esnan cu a pasa den hamber, nan lo no sinti'e duro, pasobra nan sa kiko ta ham-

ber di berdad. Boso tur ta riba un prueba grandi, pasobra nunca boso a busca Dios y nunca boso a prepara loke cu ta biniendo. Mi yiunan, hopi di boso no a prepara y no a spera loke cu ta pasando den mundo y tin otro nan cu no tin e seriedad pa cambia bida y cu no ta respeta otro. Amor pa otro no por caba.

Tur hende cu tin plaka, no ta cumbra di haci trabao na cas, ta otro hende ta haci'e pa nan y awor ta nan mes tin cu haci tur e trabao. Sea humilde, pasobra cu humildad boso ta logra. Resa

ta bay dreña un siman Santo pa recorda cu Mi Yiu Hesus a muri na crus pa amor pa boso.

Boso tambe Mi yiunan, mester tin semper amor pa otro nan.

Mi ta stima boso hopi y Mi no kier pa boso bay perdi den tentacionnan.

Busca semper pa boso ta den amor y den pas di Mi Yiu Hesus.

Di boso Mama, La Birgen di Gracia di Aruba, cu ta keda semper pendiente pa yuda boso.

Amen

ORACION DI DIA

Un dia bendiciona rumannan colma cu hopi amor di Señor.

“Dios a stima mundo asina tanto cu El a duna su Unico Yiu, pa tur esnan cu kere den dj'E no bay perdi, ma haya bida eterno.” Huan 3,16

Manifestacion di Dios Tata Su amor pa nos como Su creacion no a keda un sentencia ma pa nos haya salvacion. Esaki ta un mensahe universal, no por exclui ningun ser humano na mundo di haya salvacion. Salvacion ta pasa di morto pa haya bida eterno, atraves di su Unico Yiu manda, nos Señor Hesus Cristo. Esaki ta contene tambe un mision pa cada un di nos. Asina nos tambe tin cu contesta na Dios Su inmenso amor. Cu mi ta salba solamente pa medio di e otro. Nos disposicion tin di ta den sirbi e otro. Entrega mi bida pa salvacion di e otro ser humano. Nos practica ta den realisa un solo curpa mistico di Cristo peregrinando na mundo cu un solo destinacion. Mantene confiansa den Dios Su amor y keda fiel na Dios Su mandamentonan di amor. Nos tin di ser husto. Dios semper lo scucha nos y proteha nos, pa nos no tin falta di nada. Ban ser prudente, busca sabiduria y obra pa ser Su gran nacion. Tene confiansa paso nos raiz ta hancra den e providencia Divino, pa asina nos por haci presente e plenitud di Dios den tur momento na cada ser humano.

Oracion: Señor haci nos cu un actitud di sirbido di Dios pa nos ser luz di mundo, manera bida a manifesta den Hesus Cristo nos Señor, cu nos conducta di ser fiel na Su obra, segun e boluntad di nos Tata. Amen

RIU

“Dios no prometió días sin dolor,
risa sin tristeza ni sol sin lluvia,
pero sí prometió fuerza para tu día,
Consuelo para tus lágrimas y
luz para tu camino”

En nombre de sus compañeras/os
de departamento y resto de empleados
del hotel, jefes departamentales,
subdirectores, y directora del Hotel
RIU Palace Aruba,

Anunciamos el fallecimiento de nuestro
compañero y amigo

Leonardo Fabio Taveras Reyes

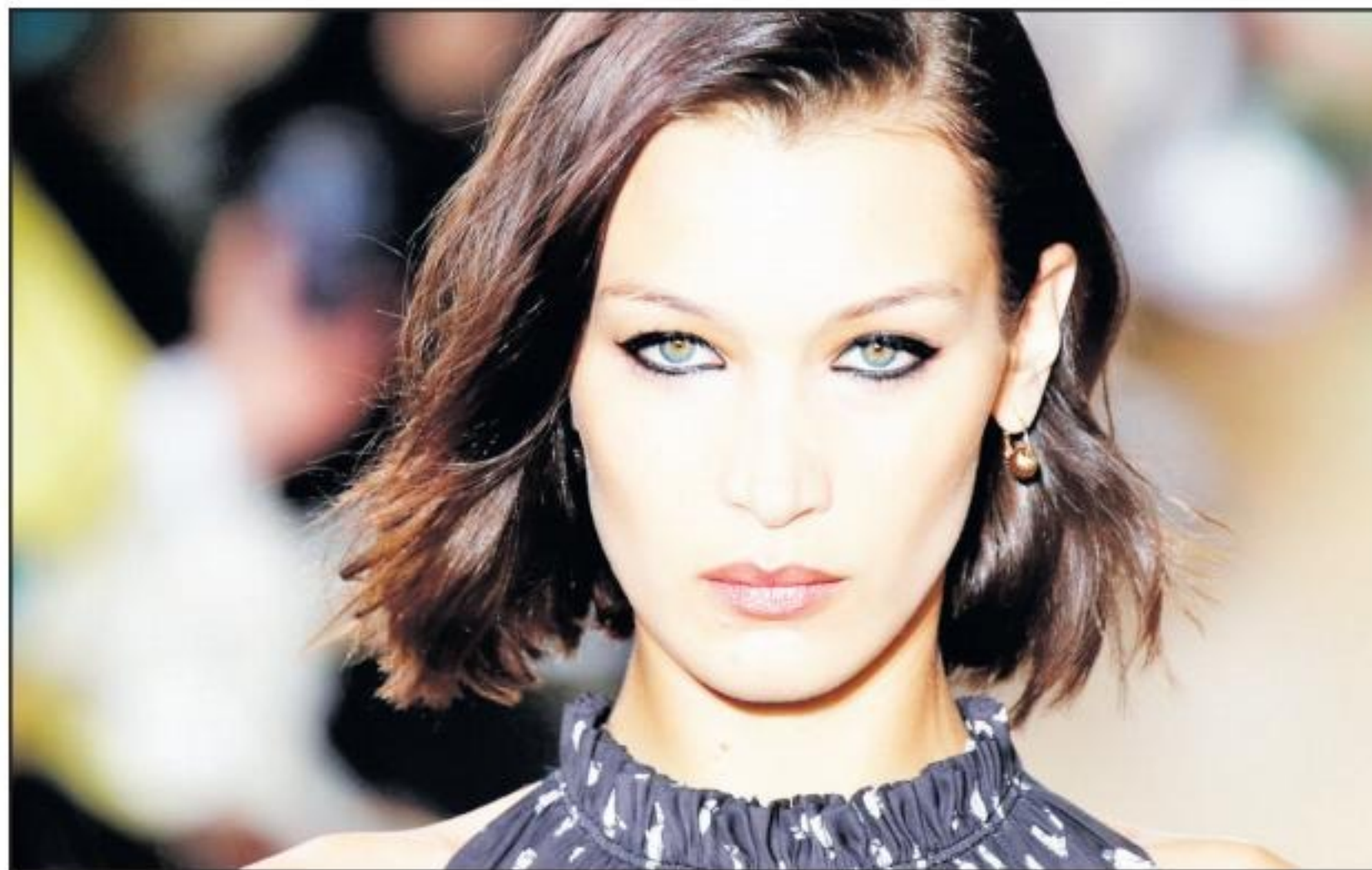
Nuestras más sentidas condolencias a su
querida familia, en estos momentos de
profunda tristeza.

Oramos a Dios por su eterno
descanso, y que la paz y
el consuelo los acompañen.

E "RETO DI WOWO DI VOS" TA DESCONCERTA E ASIATICONAN: UN MUESTRA DI RACISMO "MAKIYA"?

E "reto di wowo di vos" ("Fox eye Challenge"), a converti den un tendencia riba rednan social, popularisando e wowonan split y e cehanan di extremonan lanta riba e sien, un rasgo inspira den muhenan famoso cu, sin embargo, a crea cierto polemica entre e usarionan debi na e discriminacion cu hopi Asiatico ta afronta pa nan apariencia fisico. Riba e plataforma di video Tik tok a surgi hopi video cu tutorial y "truco" pa luci un aspecto parecido na e modelonan Bella Hadid, Kendall Jenner y e actriz Megan Fox. E tutorialnan ta inclui recursonan con pta feita e mita di e sehanan y alarga cu un eyeliner e skina interno y externo di e wowo, pa asina logra e asina apariencia desea di e wowo rasga. Ora cu feita e extermonan di e ceha y bolbe pintanan cu un inclinacion light aria ta crea e ilusion pa tin e wowo mas largo. Otro usarionan ta yega

na tuma medidanan mas drastico pa logra e efecto desea, manera lantamento di e cehanan of suturaranan temporal. Den hashtag #FoxEye a alcanza rond di cuater miyon di bishita riba Tik tok y miles di comentario, cu reaccionnan bastante varia. Mientras cu hopi usuario ta aplaudi e resultadonan, otronan ta critica e "transformacionnan" ai, cu ta describi como un "apropiacion cultural" cu ta ignora e discriminacion cu hopi Asiatico of ascendente Asiatico a enfrenta. "Ta Asiatico ta un tendencia awo? (...) E cos di wowo di vos riba su mes ta, probablemente, solamente un estetica, manera un tendencia di beyesa, no racismo. Pero esey no ta nifica cu nos (e comunidad Asiatico) no ta sinti nos mes desprecia. Nan tabata sa insulta nos pa esey," Kim Hee-jae, estudiante di e Universidad di California, Merca a expresa, cita pa



SCMP.

"E blanconan tabata burla di e Asiaticonan pa tin "wowonan Asiatico", pero ta converti'e den un estet-

ica completo door di bula e tendencia den wowo di vos," un usuario ta sorprende riba Twitter. "No lubida cu solamente

ta bunia ta bunita si e blanconan ta haci'e y e Asiaticonan ta sigui ta wordo estereotipia pa nan rasgonan," otro ta keha.

Abona na



A BO NO MESTER SALI DI BO CAS

Yama **585-9500** of

e-mail nos na

solodipueblo@gmail.com

Tur marduga nos ta entrege den bo

porta di cas!

Noticia cayente, ta aki bo ta haye!

Líña di telefon pa 60+

280-0505

Mainta: 8or - 12or Atardi/anochi: 4or - 8or

BAN COMBERSA Y NO PREOCUPA